

**TOIMINNALLISEN SUORIUTUMISEN MAHDOLLISTAVA WC:N, KYLPYHUO-
NEEN JA SAUNAN SUUNNITTELU**

Suunnittelun lähtökohtana Design for All

Anne Koistinen
Tiia-Lotta Saraste
Opinnäytetyö
Kevät 2011
Toimintaterapian koulutusohjelma
Oulun seudun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun seudun ammattikorkeakoulu
Toimintaterapian koulutusohjelma

Tekijät: Anne Koistinen & Tiia-Lotta Saraste

Opinnäytetyön nimi: Toiminnallisen suoriutumisen mahdollistava wc:n, kylpyhuoneen ja saunan suunnittelu. Suunnittelun lähtökohtana Design for All.

Työn ohjaajat: Eliisa Niilekselä & Milja Ruokamo

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2011

Sivumäärä: 49 + 11 sivua liitteitä
+ tilasuunnitelma 52 sivua

Elinkaariasunnossa otetaan huomioon ihmisen toimintakyky ja tarpeet eri elämänvaiheiden aikana. Elinkaarisuunnittelun lähtökohtana voidaan pitää Design for All -ajattelutapaa, jonka tavoitteena on kaikille soveltuva ympäristö iästä tai toimintakyvystä riippumatta. Toimintaterapeuttien erityisosaamista on ihmisen toiminta, tieto toimintakyvyn rajoitteista sekä ympäristön ja toiminnan analysointi ja adaptointi. Toimintaterapeuteilla on valmiudet työskennellä osana moniammatillista työryhmää suunnittelemassa esteetöntä ja toimivaa ympäristöä. Opinnäytetyömme on osa Oulun Rakennusteho Oy:n ja Oulun seudun ammattikorkeakoulun yhteistä Asuntojen esteettömyyden tutkimus- ja kehittämishanketta. Hankkeessa on valmistunut yhteensä kolme toimintaterapeuttiopiskelijoiden tekemää opinnäytetyötä.

Opinnäytetyömme tulostavoitteena oli asiakaslähtöinen ja luotettava Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelma Oulun Rakennusteho Oy:lle. Opinnäytetyön toiminnallisena tavoitteena oli, että Oulun Rakennusteho Oy hyödyntää Elinkaariasumisen mahdollistavaa wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelmaa tulevaisuuden rakennushankkeissa. Toimintaterapeutit voivat hyödyntää opinnäytetyömme tietoa ja tutkimustuloksia asunnonmuutostöiden suunnittelussa ja perustellessaan suunnittelussa tekemiään ratkaisuja. Lisäksi toimintaterapeuttiopiskelijat ja arkkitehdit voivat hyödyntää opinnäytetyötämme opiskelussaan ja työssään. Tilasuunnitelman mukaisessa asunnossa asuvat asukkaat voivat asua elinkaarensa ajan samassa asunnossa ja hyötyvät asunnon muuntuvuudesta ja esteettömyydestä. Oppimistavoitteinamme oli oppia työskentelemään moniammatillisessa työryhmässä sekä oppia projektityöskentelyn perusteita. Lisäksi tavoitteena oli oppia tuomaan esille toimintaterapeutista ammattiosaamista sekä syventää tietoa ympäristön arvioinnista, analysoinnista ja adaptoinnista.

Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman suunnittelussa hyödynnettiin moniammatillisen työryhmän jäsenien tietoa ja ammattitaitoa. Tilasuunnitelma sisältää teoretietoa toimintaterapiasta, esteettömyydestä ja elinkaariasumisesta, sekä yhteenvedot siitä, miten tilat tulee määräysten ja suositusten mukaan toteuttaa. Yhteenvedon jälkeen on kuvattu moniammatillisessa työryhmässä tehdyt ratkaisut perusteluineen. Tilasuunnitelman arvioinnissa on hyödynnetty moniammatillisen työryhmän jäsenten ja projektin ulkopuolisen toimintaterapeutin antamaa palautetta. Palautteiden mukaan wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelma on asiakaslähtöinen, luotettavaa tietoa sisältävä ja se on hyvin hyödynnettävissä käytännön työhön.

Asiasanat: toimintaterapia, ympäristön arviointi, elinkaariasuminen, esteettömyys

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree programme in Occupational Therapy

Authors: Anne Koistinen & Tiia-Lotta Saraste

Title of thesis: Bathroom, Toilet and Sauna Layout Plan That Supports Occupational Performance

Supervisors: Eliisa Niilekselä & Milja Ruokamo

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2011

Number of pages: 49 + 11 appendix pages + product 52 pages

In lifespan living human function and needs during different phases of life are considered essential. Planning of lifespan living is based on the concept of "Design for All", the aim of which is to improve independent occupational performance despite a person's age or functional ability. The competences of occupational therapists include knowledge of human function and analysis and adaptation of occupations and environments. Therefore occupational therapists are able to act in multiprofessional teams to build barrier-free environments for people and improve accessibility. This thesis was conducted as a co-operation project together with Oulu University of Applied Sciences and Oulun Rakennusteho Oy.

The purpose of this thesis was to design a layout of a toilet, bathroom and sauna where accessibility was taken into account. The practical aim was to encourage the architects and constructors to use this plan in the future construction projects of Oulun Rakennusteho Oy. Our learning objectives were to get experience of project work, to introduce the knowhow of occupational therapist in multiprofessional teams and to deepen our own competence in the evaluation, analysis and adaptation of occupations and environments.

First we gained theoretical knowledge base for the layout planning from occupational therapy literature and research reports. Then we discussed the layout plan in a multiprofessional team and made the decisions on the layout. The layout includes evidence-based knowledge of occupational therapy, lifespan living, accessibility, functional needs of residents as well as photos of the equipment and materials.

The layout was evaluated by the multiprofessional team, one occupational therapist and one teacher. In addition the layout was reviewed by three students of health and social care. According to their assessments the layout was planned and made successfully. The layout was client-centered and easily adaptable to practical work. Furthermore, the layout was recommended to be used in the future building projects conducted by Oulun Rakennusteho Oy.

Keywords: occupational therapy, evaluation of environment, lifespan living, accessibility

SISÄLLYS

1	PROJEKTIN TAUSTA JA TAVOITTEET	6
1.1	Projektin tausta.....	6
1.2	Projektin tavoitteet	8
2	PROJEKTIN SUUNNITTELU.....	10
2.1	Projektiorganisaatio	10
2.2	Projektin päätehtävät.....	12
3	ELINKAARISUMISEN MAHDOLLISTAVA WC-, KYLPY- JA SAUNATILAN TILASUUNNITELMAN LÄHTÖKOHDAT	13
3.1	Toiminnallinen suoriutuminen toimintaterapiassa	13
3.2	Ympäristö toimintaterapiassa	16
3.3	Ympäristön arviointi toimintaterapiassa	18
3.4	Esteettömyyden lainsäädäntö.....	20
3.5	Esteetön rakentaminen.....	21
3.6	Elinkaariasuminen	24
4	ELINKAARIASUMISEN MAHDOLLISTAVA WC-, KYLPY- JA SAUNATILAN TILASUUNNITELMAN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS.....	29
4.1	Wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman laatukriteerit.....	29
4.2	Wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman suunnittelu ja toteutus	30
4.2.1	Wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman ulkoasu	33
4.2.2	Wc- tilat.....	34
4.2.3	Kylpyhuonetilat	36
4.2.4	Saunatilat.....	36
5	PROJEKTIN ARVIOINTI.....	38
5.1	Projektin arviointimenetelmät ja arvioijat.....	38
5.2	Projektin tavoitteiden saavuttamisen arviointi	38
5.3	Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman arviointi.....	42
5.3.1	Wc-tilat.....	42
5.3.2	Kylpyhuonetilat	44
5.3.3	Saunatilat.....	44
5.3.4	Projektityöskentelyn arviointi.....	45
6	POHDINTA	48
	LÄHTEET	51

LIITTEET	61
----------------	----

1 PROJEKTIN TAUSTA JA TAVOITTEET

1.1 Projektin tausta

Toimintarajoitteisuus koskettaa meitä kaikkia jossain vaiheessa elämäämme, minkä vuoksi esteettömyys tulee ottaa huomioon luonnollisena osana tavallista rakentamista ja suunnittelutyötä. Yleisen esteettömyyden pohjalle on hyvä suunnitella ja rakentaa kaikille soveltuvaa ympäristöä. Hyvin suunniteltu ympäristö lisää ihmisten tasa-arvoisuutta, turvallisuutta ja omatoimisuutta, koska se vähentää avustajan ja apuvälineiden tarvetta. Asuntosuunnittelussa esteettömyyden tulisi merkitä sisäänpääsyn helppouden sekä asunnon muuntuvuuden ja väljyyden lisäksi varautumista esimerkiksi ikääntymisen tuomiin muutoksiin toimintakyvyssä. (ks. Esteetön 2010, hakupäivä 12.1.2011.)

Yhdenvertaisuuslaki edellyttää viranomaisten edistävän tasa-arvoa. Kuitenkin suurin osa asunnoista on suunniteltu aikuisille ihmisille, joilla ei ole liikkumisen rajoitteita tai muuta toimimista estävää tai hidastavaa sairautta tai vammaa. Ikääntyneiden määrä tulee myös lähivuosikymmeninä lisääntymään nopeasti ja sen myötä fyysisen esteettömyyden ja elinkaariasumisen merkitys kasvaa entisestään. Elinkaariasumisessa näkökulmana on kotona asuminen iästä ja elämäntilanteesta riippumatta. Esteetön rakentaminen edellyttää eri osapuolten vuorovaikutusta ja yhteistyötä, keskeisessä asemassa ovat suunnittelija ja rakennuttaja. Tavoitteena olisi saada esteettömyys ja elinkaariasuminen yhdeksi suunnittelun lähtökohdaksi. (ks. Kyllönen & Kurenniemi 2003, 38; ks. Kynnys Ry 2010, hakupäivä 18.1.2010.)

Sosiaali- ja terveydenhuollon yhteiskunnallisena tavoitteena on edistää ja ylläpitää kansalaisten hyvinvointia sekä mahdollistaa ihmisten osallistuminen yhteiskunnan toimintaan. Yhteiskunnallisilla ratkaisuilla sekä sosiaali- ja terveydenhuollon tieteelliseen näyttöön perustuvilla interventioilla, kuten toimintaterapialla, voidaan vaikuttaa ihmisten toimintakykyyn ja itsenäisyyteen toiminnoissa sekä madaltaa heidän osallistumisen esteitä. Asuinympäristöön ja sen asettamiin vaatimuksiin voidaan puuttua lisäksi arkkitehtuurisin ja rakennuspoliittisin ratkaisuin. (ks. Hännikäinen 2009, 59, 65.) Toimintaterapeutin ammattiosaaminen perustuu ymmärrykseen ihmisen toiminnasta, toiminnan rajoituksista sekä ihmisen ja ympäristön jatkuvasta vuorovaikutuksesta (Ringaert 2003, 106; Young, Payme & Joines, 2010, 431). Toimintaterapeutit voivat olla mukana asiantuntijoina

moniammatillisessa työryhmässä suunnittelemassa kaikille soveltuvaa rakentamista Design for All -ajattelun mukaisesti, jolloin fyysisen ympäristön tulee olla kaikkien ihmisten käytettävissä ja saavutettavissa riippumatta heidän toimintakykynsä rajoituksista. Toimintaterapeutit pitävät yhteistyötä eri alojen asiantuntijoiden kanssa tärkeänä osana työskentelyä. Yhteistyö takaa kokonaisvaltaisen lähestymistavan toteutumisen. (ks. World Federation of Occupational Therapists 2011, hakupäivä 13.1.2011; ks. Rigby, Stark, Letts & Rignaert 2009, 820; ks. Iwarsson & Slaug 2008, 13.)

Toimintaterapeutit edistävät ihmisten terveyttä ja hyvinvointia toiminnan kautta. Toteutetun toimintaterapian tulee perustua tutkimustietoon. Terapiaprosessissa toimintaterapeutti ja asiakas yhdessä analysoivat asiakkaan toimintaa ja toiminnallisen suoriutumisen rajoitteita. Tavoitteena on mahdollistaa ihmisten osallistuminen päivittäisiin toimintoihin kuten itsestä huolehtimisen toimintoihin; peseytymiseen ja muuhun hygienianhoitoon. Fyysinen ja sosiaalinen ympäristö, lait ja asenteet voivat joko tukea tai rajoittaa osallistumista. Toimintaterapeutti voi poistaa rajoituksia mukauttamalla eli adaptoimalla ympäristöä. Ympäristöä on mahdollista mukauttaa viidellä keinolla, kuten poistamalla, lisäämällä, vaihtamalla, sijoittamalla tai parantamalla jotain ympäristön ominaisuutta. Ympäristöstä voidaan esimerkiksi poistaa kynnyksiä, lisätä värikontrasteja, sijoittaa pistorasioita käden ulottuville tai parantaa valaistusta. Toimintaterapeutin täytyy analysoida ympäristön mukauttamisen vaikutukset yksilöön ja hänen toimintaansa. (World Federation of Occupational Therapists 2011, hakupäivä 13.1.2011; ks. Rigby ym. 2009, 220-221; ks. Hagedorn 2000, 59, 63, 266.)

Yhteistyö Oulun Rakennusteho Oy:n ja Oulun seudun ammattikorkeakoulun välillä on alun perin alkanut esteettömän omakotitalosuunnitelman opinnäytetyöstä, joka valmistui tammikuussa 2010. Keväällä 2009 Oulun Rakennusteho Oy ja Oulun seudun ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan yksikön toimintaterapian koulutusohjelma aloittivat Asuntojen tutkimus- ja kehittämishankkeen. Hankkeen tarkoituksena oli suunnitella moniammatillisessa työryhmässä elinkaariasunnon tilaratkaisuja niin, että ne ovat esteettömiä ja kaikille ihmisille soveltuvia. Tarkoituksena oli lisäksi kehittää moniammatillista yhteistyötä rakennusalan ammattilaisten sekä tulevien toimintaterapeuttien välillä dialogisten yhteistyökokousten avulla. Tässä hankkeessa valmistui yhteensä kolme opinnäytetyötä. Opinnäytetyömme tuoteosuus Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilatila suunnitelma sisältää teoretietoa toimintaterapiasta, elinkaariasumisesta ja esteettömyydestä. Tilasuunnitelmassa otetaan huomioon kosteidentilojen kalusteet, materiaaivalinnat, sähkötyöt sekä valaistus Design for All -ajattelun mukaisesti. Opinnäytetyömme tilasuunnitelmaa

ei alkuperäisen suunnitelman mukaan toteuteta Oulun Rakennusteho Oy:n rakenteilla olevaan asuntoon, koska se tulee toteuttaa nykyisen asunnon ostajan toiveiden ja tarpeiden mukaan. Hankkeen asettaja Rakennusteho Oy aikoo tulevaisuudessa hyödyntää tilasuunnitelmaa asunton suunnittelussa ja rakentamisessa.

Kiinnostuksemme työelämälähtöiseen projektityöskentelyyn heräsi Oulun Rakennusteho Oy:n edustajien esitellessä opinnäytetyöideaa opiskelijaryhmällemme keväällä 2009. Opinnäytetyön aiheen valintaan vaikutti myös sen ajankohtaisuus sekä mielenkiintomme elinkaariasumisen tutkimiseen. Projektin kautta meillä oli mahdollisuus hyödyntää toimintaterapian ydinprosesseja ja Design for All -ajattelua moniammatillisessa rakennussuunnittelussa. Kiinnostustamme lisäsi myös se, että moniammatillisessa rakennussuunnittelussa otettiin huomioon eriluontoiset tavoitteet. Oman ammattiosaamisemme kautta pystyimme tuomaan esille ihmisten erilaisia tarpeita, toimintakyvyn rajoitteita ja niiden vaikutusta heidän toiminnalliseen suoriutumiseen.

1.2 Projektin tavoitteet

Projektin **tulostavoitteena** oli Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelma, joka koskee näiden tilojen materiaalivalintoja, kalusteita, sähköitä sekä valaistusta. Tilasuunnitelma ottaa lisäksi huomioon asukkaiden erilaiset tarpeet niin, että asukkaat voivat toimia wc-, kylpy- ja saunatiloissa turvallisesti ja mahdollisimman itsenäisesti. **Laatutavoitteena** oli, että Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelma on asiakaslähtöinen ja luotettava (liite 1).

Toiminnallisena tavoitteena oli, että Oulun Rakennusteho Oy hyödyntää rakennushankkeissa elinkaariasumisen mahdollistavaa wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelmaa. Oulun Rakennusteho Oy voi tulevaisuudessa suunnitella ja rakentaa wc-, kylpyhuone- ja saunatiloja, jotka ovat mahdollisimman toimivia kaikille käyttäjille Design for All -ajattelun mukaisesti. Projektin ensisijaiset hyödynsaajat ovat Oulun Rakennusteho Oy sekä toimintaterapeutit ja arkkitehdit, jotka voivat hyödyntää toimintaterapian näkökulmaa ihmisen toiminnasta ja fyysisen ympäristön vaikutuksesta siihen uudis- ja korjausrakentamisessa. Toimintaterapeutit voivat hyödyntää tilasuunnitelmaamme wc:n, kylpyhuoneen tai saunan asunnonmuutostöiden suunnittelussa sekä perustellessaan suunnittelussa tekemiään ratkaisuja. Tilasuunnitelmastamme toimintaterapeutit saavat tutkimustietoa Design for All -ajattelusta ja elinkaarisuunnittelusta. Toissijaisia hyödynsaajia ovat tulevaisuudessa tilasuunnitelman mukaisessa asunnossa asuvat asukkaat, jotka hyötyvät asunnon

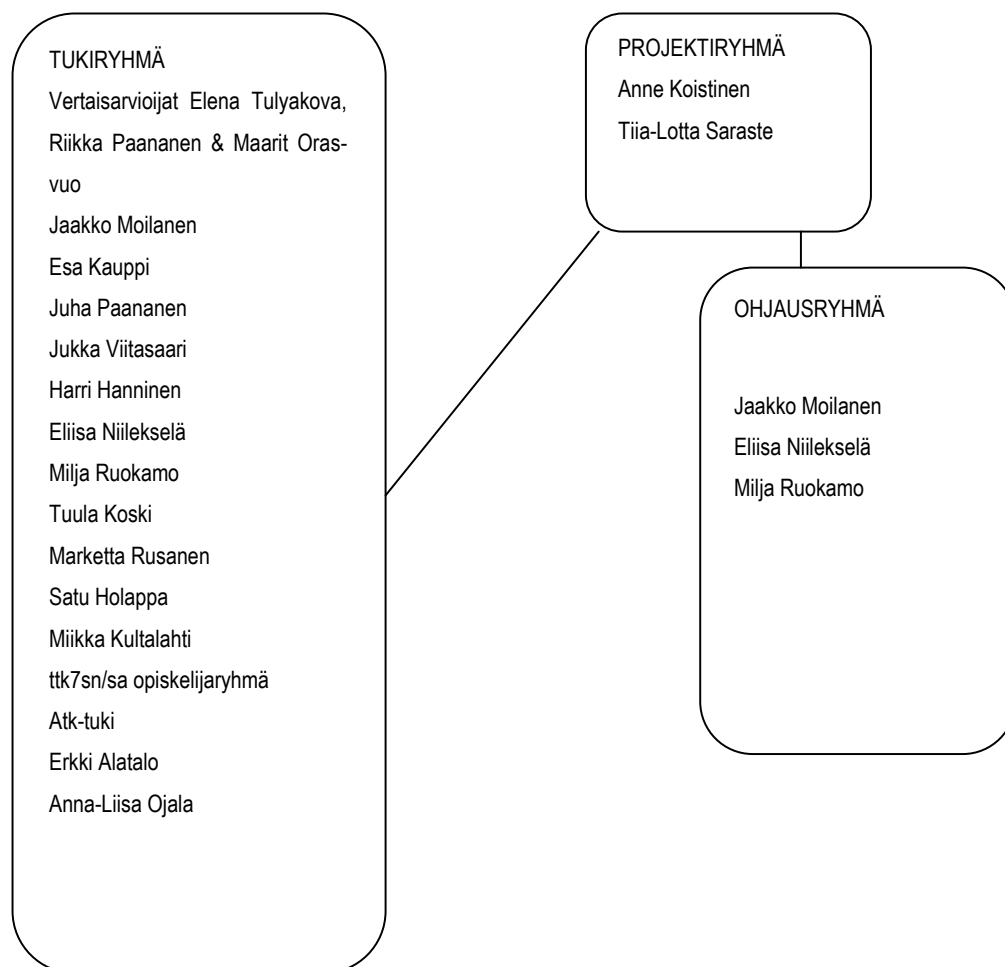
muuntuvuudesta ja esteettömyydestä eri elämänvaiheissaan. Asukkaat voivat asua koko elinkaarensa ajan samassa asunnossa, ja asunto vastaa heidän tarpeisiinsa eri ikä- ja elämänvaiheissa. Asukkaat myös hyötyvät taloudellisesti elinkaariasunnostaan, koska se on helposti muunneltavissa oleva, eikä vaadi mittavia muutostöitä.

Oppimistavoitteinamme oli oppia työskentelemään moniammatillisessa työryhmässä ja tuomaan esille toimintaterapeuttista osaamistamme dialogiin perustuvassa työskentelytavassa. Tavoitteenamme oli oppia käyttämään toiminnan analysointia ja ympäristön arviointia hyväksi perustellessamme tilasuunnitelman ehdotuksia muulle työryhmälle. Tahdoimme oppia myös lisää esteettömyydestä ja elinkaariasumisesta sekä lisätä projektityöskentelyn osaamistamme, jota voimme hyödyntää myöhemmin työelämässä. Opinnäytetyömme avulla opimme myös markkinoimaan tietoa muille eri alojen asiantuntijoille.

2 PROJEKTIN SUUNNITTELU

2.1 Projektiorganisaatio

Projektiorganisaation muoto vaihtelee riippuen projektin luonteesta. Nykyisin useissa organisaatioissa ja yrityksissä on vakiintuneita projektiorganisaatioita, joissa on projektipäällikkö, projekti-ryhmä, ohjausryhmä, tukiryhmä ja erilaisia työryhmiä. (Lööw 2002, 28.) Projektiorganisaatiossa tulee kuvata se, millainen koottu projektiorganisaatio tulee olemaan ja mitä tehtäviä ja toimintoja eri henkilöillä on (Karlsson & Marttala 2001, 71). Olemme kuvanneet opinnäytetyömme projektiorganisaation kuviossa 1.



KUVIO 1. *Projektiorganisaatio*

Projektin käynnistyessä nimitetään **ohjausryhmä**. Tilaajan eli projektin maksajan on tärkeää olla mukana ohjausryhmässä. Ohjausryhmän ei pidä olla liian iso, jotta päätöksenteot sujuisivat nopeasti. Ohjausryhmän tehtävänä on määrittää lähtökohdat ja puitteet, sekä päättää projektin konkreettisista tavoitteista. (Lööw 2002, 29.) Projektiorganisaation ohjausryhmään kuului tilaaja Rakenusteho Oy:n varatoimitusjohtaja Jaakko Moilanen, Oulun Seudun ammattikorkeakoulun lehtori Eliisa Niilekselä, sekä lehtori Milja Ruokamo. Ohjausryhmän jäsenet hyväksyivät projektin päätehtävät ja välitulokset (liite 2), kuten projektisuunnitelman ja Elinkaariasumisen mahdollistavan wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman.

Projektiryhmälle annetaan selkeä toimeksianto. Toimeksiannon selkeys auttaa projektiryhmän toimimista määritetyissä rajoissa ja tavoitteiden saavuttamista. Projektiryhmä hoitaa käytännön työtehtävät ja varmistaa projektin saavuttavan tavoitteet ja tarkoituksen. Projektipäällikön tehtävänä on innostaa projektiryhmän jäseniä ja johtaa työskentelyä. (Lööw 2002, 29–32.) Toimintaterapeuttipiskelijat Anne Koistinen ja Tiia-Lotta Saraste jakoivat yhdessä projektipäällikön ja sihteerin tehtävät, sekä projektiryhmän tehtävät. Yhteistyökokousten aikana Anne Koistinen toimi sihteerinä kirjoittaen muistiot.

Tukiryhmän ihmiset tukevat projektityötä. He voivat toimia esimerkiksi neuvonantajina tai ideoijina, mutta heillä ei ole projektissa päätöksentekooikeuksia. Tukiryhmän jäsenet eivät ole projektiryhmän jäseniä. (Lööw 2002, 30–32.) Tukiryhmään kuuluivat valmistavan seminaarityön ja projektisuunnitelman vertaisarvioijina toimineet Elena Tulyakova ja Riikka Paananen sekä loppuraportin vertaisarvioija Maarit Orasvuo. Lisäksi tukiryhmään kuuluivat sisällönohjauksesta vastannut lehtori Eliisa Niilekselä, metodiohjaajana toiminut lehtori Milja Ruokamo, sekä suomen kielen ja viestinnän lehtori Tuula Koski, joka vastasi tekstinohjauksesta ja englannin kielen ja viestinnän lehtori Marketta Rusanen, joka ohjasi abstraktin tekemistä. Oulun Rakennusteho Oy:n varatoimitusjohtaja Jaakko Moilanen, Oulun kaupungin rakennusvalvontaviraston tarkastusarkkitehti Esa Kauppi, Arkkitehtuuritoimisto Valjus Seppo Oy:n arkkitehti Juha Paananen, Sähkö Arktian sähkösuunnittelija Jukka Viitasaari sekä käyttäjänäkökulman edustaja Harri Hanninen kuuluivat myös tukiryhmään. Ryhmämme (ttk7sn/sa) opiskelijat antoivat palautetta ja kannustivat meitä projektin edetessä. Toimintaterapeuttipiskelijat Satu Holappa ja Miikka Kultalahti tekivät opinnäytetyönsä samassa projektissa ja yhteistyö heidän kanssaan oli tiivistä. Atk-tukea saimme Oulun seudun ammattikorkeakoulun atk-tukihenkilöiltä ja Oulun seudun ammattikorkeakoulun rakennustekniikan opiskelija Erkki Alatalolta. Rovaniemen kaupungin toimintaterapeutti Anna-Liisa Ojalalta arvioi tilasuunnitelmamme palautelomakkeen avulla.

2.2 Projektin päätehtävät

Projektin **päätehtäviin** kuului aiheeseen perehtyminen, projektin suunnitteleminen, tuotteen laatiminen ja projektin päättäminen. Projektin päätehtävät ja **välitulokset** on määritelty tehtäväluettelossa (liite 2).

Perehdyimme aiheeseen valmistavan seminaarityön avulla. Valmistavan seminaarityön avulla hankimme tietoa elinkaariajattelusta ja esteettömyydestä, sekä rakentamista ja esteettömyyttä koskevasta lainsäädännöstä. Koska aihe oli meille ennestään melko tuntematon, uutta tietoa tuli paljon ja uuden oppiminen jatkui koko projektin ajan. Syvensimme koko projektin ajan aiemmista toimintaterapiaopinnoista oppiamme toimintaterapian ydinprosesseja ja niiden hyödyntämistä rakennussuunnittelussa. Aloitimme valmistavan seminaarityön tiedonkeruun syyskuussa 2009. Seminaarityön esitimme toukokuussa 2010 ja viimeiset korjaukset työhön teimme kesäkuun 2010 aikana.

Projektin suunnittelun aloitimme tammikuussa 2010 tekemällä kirjallisen projektisuunnitelman. Projektisuunnitelmaan on kuvattu projektin eteneminen ja aikataulu. Suunnitelmassa määriteltiin lisäksi tuotteen laatuksiteerit ja tavoitteet sekä jäsenneltiin projektin organisaatio. Esitimme projektisuunnitelman lokakuussa 2010. Projektin yhteistyösopimuksen allekirjoitimme marraskuussa 2010 (liite 3).

Tuotteen laadinnan aloitimme kesäkuussa 2010. Suunnittelimme tuotteeseen erilaisia tila- ja kasteratkaisuja ja pohdimme niiden toimivuutta moniammatillisessa työryhmässä. **Projektin päättämisen** aloitimme tammikuussa 2011. Huhtikuussa 2011 teimme työryhmän jäsenille palautelomakkeen, jonka avulla he antoivat meille palautetta tuotteesta ja projektista. Kirjallisen palautteen avulla kykenimme arvioimaan tuotteen ja projektin ratkaisuja loppuraportissa. Opinnäytetyön loppuraporttia aloimme kirjoittaa tammikuussa 2011. Tuotteen ja loppuraportin esitimme toukokuussa 2011.

3 ELINKAARISUMISEN MAHDOLLISTAVA WC-, KYLPY- JA SAUNATILAN TILASUUNNITELMAN LÄHTÖKOHDAT

3.1 Toiminnallinen suoriutuminen toimintaterapiassa

Toimintaterapiaa ohjaavat useat käytännön työn mallit, jotka on luotu kuvaamaan ihmisen, toiminnan ja ympäristön välistä monimutkaista suhdetta (Rigby & Letts 2003, 18). Malleissa yhteistä on se, että ihmisen, toiminnan ja ympäristön välinen vuorovaikutus on jatkuvaa. Toimintaterapian malleissa ihminen nähdään toiminnallisena olentona, ja jokainen yksilö on ainutlaatuinen. Jokaisella ihmisellä on sisäinen arvokkuus, sekä kyky tehdä valintoja ja päättää omasta elämästään. Ihmiset osallistuvat toimintoihin aktiivisina, kokeilevina ja palautetta hakevina yksilöinä. Ihminen on muuttuva, kehittyvä ja oppimiskykyinen koko elämänkaarensa ajan ja hän voi tietoisesti vaikuttaa omaan toimintaansa ja ajatteluunsa. Ihminen on jatkuvassa vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa, toisin sanoen ihmiset muovaavat ympäristöä ja ympäristö vaikuttaa ihmisiin. (Law ym. 1997, 31–32, 41, 43–44 ; Salo-Chydenius 1992, 40.)

Toimintaterapian tavoitteena on mahdollistaa asiakkaan toiminta. Toiminta tarkoittaa kaikkea, mitä ihmiset tekevät elämässään. (Law ym. 1997, 30.) Toiminta antaa merkityksen elämälle ja vaikuttaa ihmisen terveyteen ja hyvinvointiin. Toiminta muuttuu ja kehittyy koko eliniän sekä on jatkuvassa vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Toiminnasta voidaan erottaa erilaisia toiminnan tasoja. Toiminnan tasoja on kolme; toiminnallinen osallistuminen, toiminnallinen suoriutuminen ja toiminnalliset taidot. **Toiminnallinen osallistuminen** tarkoittaa esimerkiksi sitoutumista toimintakokonaisuuksiin, jotka ovat osa ihmisen sosiokulttuurista kontekstia ja joita ihminen haluaa tai hänen täytyy tehdä oman hyvinvointinsa vuoksi. Toimintakokonaisuudet ovat itsestä huolehtiminen, tuottavuus ja vapaa-aika. Itsestä huolehtimisen toiminnoissa ihminen huolehtii itsestään, kuten hygieenisyydestään ja omasta terveydestään. Tuottavat toiminnot edistävät ihmistä sosiaalisesti tai taloudellisesti. Tuottaviin toimintoihin kuuluvat lapsuuden leikit, opiskelu, työnteko, kodinhoito ja vanhemmuus. Vapaa-aikaan kuuluvat toiminnot, joista ihmiset nauttivat. (Suomen Kuntaliitto & Suomen Toimintaterapeuttiliitto, 2003, 34; Law ym. 1997, 30–31, 37.)

Toiminnallinen suoriutuminen tarkoittaa tarkoituksenmukaisia tehtäviä, jotka kuuluvat itsestä huolehtimiseen esimerkiksi suihkussa käynti. Toiminnalliseen suoriutumiseen vaikuttaa ympäristö, ihminen ja itse toiminta. Systemiteorian mukaan jonkin osa-alueen muutos vaikuttaa myös muihin osa-alueisiin ja näin ihmisen toiminnalliseen suoriutumiseen. Vaikuttamalla yhteen tai useampaan osa-alueeseen, voidaan päästä optimaaliseen toiminnalliseen suoriutumiseen. Esimerkiksi asentamalla suihkutilan seinään suihkutuoli, voidaan mahdollistaa ikääntyneen ihmisen itsenäinen toiminnallinen suoriutuminen suihkussa. Viimeisen toiminnan tason muodostavat **toiminnalliset taidot**, jotka ovat yksityiskohtaisia havaittavia tavoitesuuntautuneita tekoja, joita ihminen toteuttaa suorittaessaan toimintaa. Näitä ovat motoriset taidot, prosessitaidot sekä kommunikaatio- ja vuorovaikutustaidot. Hygieniasta huolehtiminen, kuten kylpeminen ja suihkussa käynti vaativat ihmiseltä motorisia, prosessi- ja jossain määrin vuorovaikutustaitoja sekä erilaisia valmiuksia, kuten sensomotorisia valmiuksia. (Kielhofner 2002, 114–117; ks. Law ym. 1997, 37.)

Toimintaterapeuttien arvot korostavat asiakaslähtöistä työtapaa. Toimintaterapeutin tavoitteena on mahdollistaa asiakkaan suoriutuminen ja pätevyyden kokemus hänelle tärkeistä ja merkityksellisistä päivittäisen elämän toiminnoista huolimatta toimintakykyyn vaikuttavista rajoituksista tai ympäristöllisistä esteistä. Tällöin asiakkaan roolien, toiminnan ja ympäristön vaatimukset ovat tasapainossa. Asiakkaan toiminnallista suoriutumista ja osallistumista päivittäisiin toimintoihin, kuten itsestä huolehtimisen toimintoihin, voidaan edistää kehittämällä asiakkaan valmiuksia ja taitoja tai muuttamalla ja mukauttamalla ympäristötekijöitä. (Harra 2003, 17; ks. Law, Polatajko, Battiste & Townsend 1997, 30; ks. Launiainen & Lintula 2003, 7-8.)

Jotta toimintaterapeutit voivat edistää asiakkaan toiminnallista suoriutumista ja osallistumista, täytyy heidän ymmärtää kuinka toiminta suoritetaan kokonaisuutena ja osiin pilkottuna sekä mitä taitoja ja valmiuksia toiminta vaatii. Toiminnan analyysin avulla toimintaterapeutti voi tarkasti määrittellä tiettyyn toiminnalliseen suoriutumiseen, kuten suihkussa käyntiin vaadittavat taidot ja valmiudet sekä määrittellä, mitä mukauttamisen mahdollisuuksia toiminnassa on. Suihkussa käynti vaatii esimerkiksi motorisia taitoja, kuten liikkumista siirryttäessä suihkutilaan sekä esineiden käsittelyä, kuten suihkuhanan avaamista ja suihkun laittamista suihkutelineeseen. Suihkuttelu vaatii tasapainoa ja kehon hallintaa, jotta ihminen pysyy seisoma-asennossa ja kykenee oikaisemaan kehonsa jalkojen pesun jälkeen. Suihkussa käynti vaatii myös prosessitaitoja, kuten adaptaatiota, jolloin ihminen säätää esimerkiksi veden lämpötilaa viileämmälle huomatessaan sen olevan liian kuumaa. Lisäksi suihkussa käynti vaatii toiminnan vaiheesta toiseen siirtymistä niin, että ihminen aloittaa suihkuttelun, etenee siinä ja lopettaa suihkuttelun tarkoituksenmukaisesti. Vuorovaikutus-

ja kommunikaatiotaitoja suihkussa käynti ei vaadi. Kokemuksemme mukaan suomalaisessa kulttuurissa on usein tapana sauna yhdessä perheenjäsenten tai ystävien kanssa ja tällöin vuorovaikutus- ja kommunikaatiotaidot ovat eduksi. Toiminnan analyysin ja adaptaation eli mukauttamisen kautta toimintaterapeutti voi edistää ihmisen toiminnallista osallistumista eri toimintakokonaisuuksiin, kuten itsestä huolehtimiseen. (ks. Law ym. 1997, 46–47; Hagedorn 2001, 41, 169.)

Peseytyminen ja huolittelu, kuten hiusten harjaus, ehostaminen ja parran ajo ovat tärkeitä itsestä huolehtimisen alueita, jotka ihmiset haluavat hoitaa itsenäisesti omien totuttujen rutiiniensa taivoin. Peseytyminen ei ole pelkästään hygieniasta huolehtimista tai infektioiden torjumista, vaan se vaikuttaa myös hyvän olon tunteeseemme sekä itsevarmuuteen sosiaalisissa tilanteissa. Saunomisen ajatellaan rentouttavan fyysisesti ja psyykkisesti sekä antavan puhtaan olon ja hyvän mielen. (Mackey & Nancarrow 2006, 89–91; ks. Könkkölä 2000, 9.) Esteettömyys ja turvallisuus tiloissa mahdollistavat itsenäisen toiminnallisen suoriutumisen peseytymisessä, huolittelussa ja saunomisessa. Esteettömyys wc-, kylpy- ja saunatiloissa helpottaa lisäksi kodinhoidon toiminnoista suoriutumista, kuten siivousta. Itsenäisellä suoriutumisella itsestä huolehtimisen ja kodinhoidon toiminnoista on merkitystä ihmisen toiminnallisen roolin ja identiteetin ylläpidon lisäksi fyysisen kunnon ylläpidon kannalta. Lisäksi saunomisen sosiaalista ja kulttuurista merkitystä suomalaisille ei voida unohtaa. (ks. Mackey & Nancarrow 2006, 89–91; ks. Mäntylä 2009, 30.)

Toiminnan analyysin ja adaptaation kautta toimintaterapeutti voi edistää ihmisten osallistumista eri toimintakokonaisuuksiin. Osallistuminen tuloksena tapahtuu toiminnallista adaptaatiota ja sen osatekijöitä ovat toiminnallinen identiteetti ja pätevyys. Toiminnallinen identiteetti määrittelee sitä, millainen ihminen on ja millaiseksi haluaisi tulla toiminnallisena olentona toiminnallisen suoriutumisen historiassa. (Kielhofner 2002, 119–121.) Suihkussa käynti auttaa vahvistamaan ihmisen identiteettiä itsestä huolehtivana toimijana ja vastuunottajana sekä vahvistaa hänen käsitystään siitä, minkälainen hän mielestään on ja haluaisi olla: hygieenisyyttä ja omaa terveyttä ylläpitävä, itsestä huolehtiva, vastuullinen, huolellinen, esteettinen ym. Mikäli ihminen ei voi osallistua toiminnallisen identiteetin mukaisiin toimintoihin, ihmisen käsitys itsestä voi heikentyä (Hagedorn 2000, 69).

Toiminnallinen pätevyys on yhteydessä identiteetin mukaiseen toimintaan eli siihen, miten ihminen pystyy osallistumaan niihin toimintoihin, jotka ovat hänen toiminnallisen identiteettinsä mukaisia. Pätevyys ilmenee ihmisen elämässä esimerkiksi niin, että ihminen kykenee toteuttamaan vastuullisuutta ja kykenee roolien mukanaan tuomiin velvoitteisiin ja näin ollen saavuttaa tyydyt-

tävän ja mielenkiintoisen elämän. (Kielhofner 2002, 119–121.) Usein suihkussa käynti tuo ihmiselle puhtauden, hyvänolon ja virkistytymisen tunteita. Puhtaus ja itsestä huolehtiminen ilmentävät ihmisen identiteettiä ja samalla suihkussa käynti on myös osoitus hänen taidoistaan ja osaamisestaan. Käytyään suihkussa ja saunassa ihminen voi tuntea saavuttaneensa päämääränsä ja kokea aikaansaamisen iloa puhtaan ja rentoutuneen olon lisäksi. Suihkussa käynti on myös osoitus siitä, että ihminen jaksaa työskennellä prosessin loppuun saakka, jolloin suihkussa käynti voi olla merkki omista voimavaroista. Itsenäinen suihkussa käynti ja sitä kautta itsestä huolehtiminen lisää tunnetta omasta pätevyydestä.

Toiminnallinen adaptaatio kuvaa toimintaterapiakirjallisuudessa sitä, miten ihminen voi kehittyä, vastata haasteisiin tai muuten saavuttaa hyvinvoinnin asteen oman tekemisensä kautta. Adaptaatio määritellään myös ajan kuluessa tietystä yksilön ympäristössä positiivisen toiminnallisen identiteetin ja toiminnallisen pätevyyden saavuttamisen rakennelmaksi. (Kielhofner 2002, 119–121.) Suihkussa käyvä ihminen tekee valintoja ja päätöksiä, hän esimerkiksi päättää, milloin suihkussa käynti on tarpeellista ja sovitaa toiminnan omaan aikatauluunsa. Ihminen päättää suihkussa käynnin aikana peseytymisen huolellisuudesta tai laajuudesta, kuten käykö saunassa ja pesee hiukset shampooilla vai käykö vain pikaisesti huuhtelemassa itsensä suihkussa. Ihminen saattaa päättää muun toiminnan, kuten juoksulenkin, seurauksena käydä suihkussa aikaisemmin kuin aikomanaan saunapäivänä. Toiminnallisia päätöksiä tehdään muun muassa toiminnallisen identiteetin ja arvojen pohjalta, jotka vaikuttavat toiminnallisen pätevyyden tunteeseen. Onnistumisen kokemukset vahvistavat pätevyyden tunnetta ja sitä kautta toiminnallista identiteettiä. Kun ihminen kokee pystyvänsä suoriutumaan itsestä huolehtimisen toiminnoista kuten suihkussa käynnistä itsenäisesti, hänen pätevyyden tunteensa kasvaa ja kontrollin tunne elämästä lisääntyy ja toiminta arjessa jatkuu (ks. Pikkarainen 2007, 56).

3.2 Ympäristö toimintaterapiassa

Toimintaterapiassa ympäristö määritellään erilaisten viitekehysten ja mallien kautta. Ympäristö on monitahoinen kokonaisuus. Se voi olla ihmiselle voimavara, mahdollistaja ja toiminnan helpottaja. Toisaalta ympäristö voi luoda ylitsepääsemättömiä esteitä ja vaikeuttaa sekä estää ihmisen toimintaa. (Rigby & Letts 2003, 20; ks. Letts ym. 2009, 820).

Kanadan toiminnallisen suoriutumisen mallissa ympäristö nähdään laajana käsitteenä, joka sisältää kulttuurisen, institutionaalisen, fyysisen ja sosiaalisen osatekijän. Toiminnan rakenne, suori-

tus, valinta ja tyytyväisyys määräytyvät ihmisen ja ympäristön vuorovaikutuksesta. Kulttuurinen ympäristö tarkoittaa esimerkiksi rakentamisen ja asumisen tapaa muun muassa ihmisten asuntojen sijaintia ja kokoa. Kulttuurinen ympäristö on myös etnisyyden, seremonioiden tai rutiinien käytäntöä, jotka pohjautuvat tietyn ryhmän tai kansan luonteeseen ja arvoihin. Institutionaaliseen ympäristöön kuuluvat säännöt, päätöksentekoprosessit, lakiasiat sekä taloudelliset osatekijät. Sosiaaliseen ympäristöön kuuluvat yhteiskunnassa elävien ihmisten väliset suhteet sekä sosiaaliset ryhmittymät, joita yhdistävät samat mielenkiinnon kohteet, arvot ja vakaumus. Esimerkkeinä voivat olla ystävät, perheenjäsenet, työkaverit tai palvelujen tuottajat ja heidän roolinsa. (Pikkarainen 2007, 50.) Fyysinen ympäristö sisältää luonnon ja rakennetun ympäristön, kuten rakennukset, tiet, asuntojen kalusteet, valaistuksen, värit, materiaalit ja teknologian. (Law ym. 1997, 31, 46.; Pikkarainen 2007, 50). Fyysiseen ympäristöön lukeutuvat myös apuvälineet, joiden avulla voidaan mahdollistaa asiakkaan liikkuminen ja siirtyminen sekä helpottaa ja mahdollistaa itsenäistä asumista (ks. Salminen 2003, 15; Pikkarainen 2007, 60).

Wc-, kylpy- ja saunatiloissa ihmiset toteuttavat toiminnallista osallistumistaan itsestä huolehtimisen toimintoihin (ks. Kielhofner 1995, 105). Itsestä huolehtimisen toiminnot ovat ihmisen intiimeimpiä toimintoja ja siksi on tärkeää, että tilat ovat suunniteltu kaikille käyttäjille sopiviksi Design for All -ajattelun mukaisesti, jotta toimija voi suoriutua toiminnoista mahdollisimman itsenäisesti. Sauna on kulttuurinen ja sosiaalinen ympäristö, jossa toteutetaan suomalaista perinnettä ja vieteen aikaa yhdessä perheen tai ystävien kanssa (ks. Law ym. 1997, 46).

Inhimillisen toiminnan mallin mukaan ympäristö määrää aina ihmisen toimintaa, toisin sanoen toiminnan, ihmisen ja ympäristön vuorovaikutus on jatkuvaa. Jokainen ympäristön eri ominaisuus ja tekijä tarjoavat mahdollisuuksia, voimavaroja, rajoitteita ja vaatimuksia. Sama ympäristö vaikuttaa ihmisten tekemiseen, ajatuksiin ja tunteisiin eri tavoin ja se koetaan eri tavoin, koska kaikki ihmiset ovat yksilöitä ja ainutlaatuisia ihmiseen vaikuttavien tekijöiden suhteen. (Kielhofner 1995, 92–95.) Ympäristön fyysiset ja sosiaaliset ominaisuudet vaikuttavat siihen, miten ihminen toimii, ja millä tavoin hän toteuttaa toiminnan. Ihmiset toimivat päivittäin erilaisissa ympäristöissä ja näin ollen kohtaavat jokaisessa uudessa ympäristössä erilaisia fyysisiä tiloja, esineitä, ihmisryhmiä ja toimintoja, joita tietyssä ympäristössä tehdään. Nämä ympäristöjen elementit siis vaikuttavat siihen, mitä toimintoja valitsemme tehdä ja miten aiomme ne tehdä. (Hagedorn 2002, 99.) Esimerkiksi ystävien luo vierailulle tuleva vieras, jolla on liikkumisen- tai toiminnan rajoite, ei voi toimia sujuvasti ahtaassa wc-tilassa tai ehostaa itseään wc-tilassa pelin edessä jos se on sijoitettu liian korkealle. Saunominen on kaikkien ihmisten oikeus, kuitenkin harvoissa asuntojen saunatiloissa

on otettu huomioon ihmisten, joilla on liikkumisen rajoite toimimiseen tarvittava tila. Tällöin vieras ei voi osallistua suomalaiseen kulttuuriin kuuluvaan sosiaaliseen tapahtumaan, saunomiseen, esimerkiksi ystävien kesken. Lisäksi ikääntynyt ihminen voi tuntea vierailulla tai omassa asunnossaan turvattomuuden tunnetta liukkaissa kylpytiloissa, jos seiniin ei ole asennettu tukikaiteita ja välttää tämän vuoksi esimerkiksi suihkussa käyntiä.

3.3 Ympäristön arviointi toimintaterapiassa

Toimintaterapian yksi ydinprosessi on arviointi, jolla tarkoitetaan kuvausta, mittausta tai määrittelyä asiakkaan toiminnallisesta suoriutumisesta tai siihen vaikuttavista taidoista ja niiden tasosta. Arvioinnissa toimintaterapeutin tulee ottaa huomioon, että asiakas toimii aina vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Arvioinnissa ollaan kiinnostuneita ihmisestä, hänen tilanteestaan ja kokemuksistaan, toiminnallisesta historiastaan, arvoistaan, tavoistaan, kiinnostuksen kohteistaan, rooleistaan sekä ympäristön luomista riskejä ja rajoitteita. Näiden kerättyjen tietojen mukaan toimintaterapeutti voi yhdessä asiakkaan kanssa laatia realistisen näkemyksen siitä, mitä ovat asiakkaan toimintamahdollisuudet ja toimintarajoitukset. Lisäksi he arvioivat toimintaterapian keinoja asiakkaan ympäristössä selviytymisen, toimintamahdollisuuksien, taitojen, toimintavalmiuksien ja elämänlaadun parantamiseksi. Arvioinnissa toimintaterapeutti voi käyttää menetelminä esimerkiksi havainnointia asiakkaan selviytymisestä erilaisista tehtävistä, ympäristön arviointimenetelmiä, haastattelua ja keskustelua, toimimista yhdessä asiakkaan kanssa tai asiakkaan valmiuksien arviointia testein. (Hagedorn 2000, 138–139, 142; Harra 2003, 19; Kramer & Hinojosa 1999, 22–23.)

Toimintaterapeutit toimivat ennalta ehkäisevästi arvioidessaan fyysisen ympäristön aiheuttamia riskitekijöitä, suositellessaan apuvälineitä ja ohjatessaan ihmisiä turvalliseen toimimiseen fyysisessä ympäristössä. Esimerkiksi kaatuminen voi aiheuttaa ihmiselle fyysisiä ja psykososiaalisia seurauksia, kuten loukkaantumisia ja turvattomuuden tunnetta. Siksi on tärkeää tunnistaa kaatumiin vaikuttavia riskitekijöitä wc-, kylpy- ja saunatiloissa ja kehittää seurantaa sekä ennaltaehkäiseviä ohjelmia, joiden avulla näitä riskejä voitaisiin vähentää. Ympäristön riskitekijöitä ovat muun muassa märät lattiapinnat, riittämätön valaistus ja tukikaiteiden puuttuminen. (ks. Letts, Moreland, Richardson, Coman, Edwards, Martin, Ginis, Wilkins & Wishart 2010, 51.) Kotikäynneillä toimintaterapeutti voi arvioida asiakkaan kodin turvallisuutta, kodin tilojen kuntoa sekä sitä, vastaako kotiympäristö asiakkaan tarpeisiin. Toimintaterapeutti voi lisäksi neuvoa ja ohjata asiakasta toimimaan turvallisesti kotiympäristössä. Adaptaation avulla toimintaterapeutti voi mukauttaa ym-

päristöä asiakkaalle sopivammaksi niin, että asiakas voi toimintarajoitteestaan huolimatta suoriutua esimerkiksi peseytymisestä tarkoituksenmukaisella ja tyydyttävällä tavalla. (ks. Law ym. 1997, 46–47; Hagedorn 2000, 285.) Tukikaiteiden asentaminen suihkuun on yksi ympäristön mukauttamisen keino. Tällöin ihminen, jonka asennon hallinta on heikentynyt, voi ottaa tarvittaessa tukea kaiteesta ja ylläpitää tasapainoaan näin paremmin. Suihkutuolin asentaminen helpottaa ihmistä, jonka energian ylläpito ja fyysinen jaksaminen on heikentynyt, sillä tällöin hän voi jaksottaa toimintaa fyysisen jaksamisen mukaan ja levätä tarvittaessa istuen.

Toimintaterapiassa ympäristöä arvioitaessa ja suunniteltaessa lähtökohtana voidaan pitää Desing for All -ajattelua. Fyysistä ympäristöä voidaan arvioida Housing Enabler -arviointivälineen avulla. Housing Enablerin on kehittänyt ruotsalainen toimintaterapeutti ja professori Susanne Iwarsson työryhmänsä kanssa. Housing Enablerin mukaan esteettömyys syntyy yksilön rajoitusten ja kykyjen, sekä ympäristön asettamien mahdollisuuksien ja vaatimusten suhteesta. Arviointivälineen avulla voidaan luotettavasti mitata, kuinka paljon tietynlainen fyysinen ympäristö estää tai tukee yksilön tai ryhmän päivittäistä toimintaa ja yhteiskunnallista osallistumista. Esteettömyyden arvioinnissa käytettyjen mittareiden pitäisi mahdollistaa esteettömyyden arviointi ja analysointi, riippumatta siitä, onko kyseessä toimintarajoitteiselle ihmiselle tehtävä mukauttava muutostyö vai ympäristön suunnittelu kaikille sopivaksi Design for All -ajattelun mukaisesti, jolloin fyysisen ympäristön tulee olla kaikkien ihmisten käytettävissä ja saavutettavissa riippumatta heidän toimintakyvyn rajoituksistaan. (Iwarsson & Slaug 2008, 5, 13–15.)

Housing Enabler -arviointivälineen alussa on kuvaileva osio, jossa käsitellään yksilön tai ryhmän esitietoja ja asumismuotoja. Toisesta osasta alkaa varsinainen Housing Enabler arvioinnin ensimmäinen vaihe, jossa tehdään yksilöllisen toimintakyvyn rajoitteiden arviointi yhdistäen haastattelua ja havainnointia. Toiseen vaiheeseen eli ympäristönkartoitukseen kuuluu yhteensä 188 kohtaa, jotka koskevat asunnon ulkotiloja, sisäänkäyntejä, sisätiloja sekä opastusta/viestintää. Kolmannessa vaiheessa yhdistetään yksilön toimintakyvyn rajoitteet ja ympäristön esteet tietokoneohjelmaan, jolloin saadaan selville pisteet, jotka kuvaavat yksilön ja fyysisen ympäristön esteettömyysriskejä. Tietokoneohjelman laskema pistemäärä kertoo kasvaessaan sen, että yksilöllä tai ryhmällä on tällöin myös enemmän ongelmia ja riskejä kyseisessä ympäristössä. Menetelmän avulla saatujen tulosten pohjalta voidaan laatia muutos- ja korjausselvitykset niin yksilö kuin yhteisötasolla. (Iwarsson & Slaug 2008, 20; Pikkarainen 2007, 54.)

Pikkarainen (2007, 56) viittaa Iwarssoniin ja Wahliin 2007, joiden mukaan ympäristön arvioinnin yhteydessä on ymmärrettävä ympäristön yleisten merkitysten lisäksi ihmisen ympäristöön ja asuntoon liittyvät yksilölliset merkitykset. Ihmisten ympäristöön liittyvät yksilölliset merkitykset motivoivat ihmistä aktiiviseen, tavoitteelliseen toimintaan. Näitä asuntoon tai kotiin liittyviä merkityksiä ihmisillä ovat fyysiset tekijät, kuten asunnon kunto, käyttäytymisen tekijät kuten tavat tehdä päivittäisiä toimintoja sekä käsitellä ja järjestää asunnon kalusteita ja välineitä, kognitiiviset tekijät, kuten hahmottaminen, oppiminen, muistaminen ja tiedon käsittely, emotionaaliset tekijät kuten yksityisyys, turvallisuus ja miellyttävyys sekä sosiaaliset tekijät, kuten perheen jäsenet, ystävät ja vierailijat.

Housing Enabler on tarkoitettu ennen kaikkea käytettäväksi toimintaterapiassa; käytännön kliinisessä työssä, opetuksessa ja tutkimus- ja kehitystyössä. Väline on kuitenkin hyödyllinen myös muussakin toiminnassa, kuten rakennushankkeen suunnittelussa, rakentamiskäytäntöjen pohdinnassa sekä vammaistoinnissa. Toimintaterapiassa on aiheellista kerätä tietoa myös yksilön toimintarajoitteista, Housing Enabler ei kuitenkaan kata tätä aluetta kokonaisuudessaan. Arvioinnin tulokset antavat kuitenkin tärkeää tietoa joistakin syistä, miksi henkilön toiminta on rajoittunutta ja miksi hänen osallistumisensa yhteiskunnan toimintaan ei ole täysipainoista. (Iwarsson & Slaug 2008, 9, 18.)

3.4 Esteettömyyden lainsäädäntö

Ihmisoikeusasiakirjoissa tasa-arvo ja syrjinnän kieltä ovat yleensä keskeisessä asemassa. Syrjinnän kiellon näkökulmasta voidaan hahmottaa esimerkiksi vammaisten henkilöiden asema. Suomessa yhdenvertaisuuslain 6 §:n mukaan ihmiset ovat yhdenvertaisia lain edessä. Lain mukaan ketään ei saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eri asemaan sukupuolen, iän, alkuperän, uskonnon, kielen, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella. Esteetöntä rakentamista säätelevät maankäyttö- ja rakennusasetus (MRA), maankäyttö- ja rakennuslaki (MRL), Suomen rakentamismääräyskokoelmat F1, F2 ja G1 sekä Asetus vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista. (Invalidiliitto 2006, hakupäivä 6.4.2010; Suomen perustuslaki 11.6.1999/731, hakupäivä 17.1.2011).

MRL:n 5 §:ssä todetaan, että alueiden käytön suunnittelussa tavoitteena on suunnitella vuorovaikutteisesti ja arvioida vaikutuksia riittävästi. Tavoitteena on luoda eri väestöryhmille tyydyttäviä, turvallisia, terveellisiä, viihtyisiä ja sosiaalisesti toimivia elin- ja toimintaympäristöjä. MRL:n 117

§:ssä todetaan, että rakennuksen tulee olla muunneltavissa, korjattavissa, huollettavissa, tarkoitustaan vastaava sekä soveltua myös henkilöille, joiden toiminta- tai liikuntakyky on rajoittunut. Liikuntaesteettömälle rakentamiselle asetettujen vaatimusten tulee täytyä asuinrakennuksen ja asumiseen liittyvissä tiloissa sekä käyttäjämäärässä ja kerrosluvussa. Suomen rakentamismääräyskokoelman osat F1 (julkiset rakennukset) ja G1 (asuntorakentaminen) mukailevat ohjeissaan ja määräyksissään esteettömyyden ja kaikille soveltuvuuden linjaa. (Maankäyttö- ja rakennusasetus 10.9.1999/895, hakupäivä 17.1.2011; Maankäyttö- ja rakennusasetus 5.2.1999/132, hakupäivä 17.1.2011; Esteetön 2010, hakupäivä 12.1.2011.)

3.5 Esteetön rakentaminen

Ympäristön arvioinnin ja suunnittelun yksi lähtökohta on Design for All -ajattelu, joka on vakiintunut käsitteeksi Euroopassa kymmenen vuoden aikana. Sitä käytetään apuna muun muassa kestävän kehityksen tukemisessa. Design for All -ajattelulla tarkoitetaan sellaisia suunnitteluun liittyviä keinoja ja strategioita, joilla voidaan parantaa palveluiden, tuotteiden ja ympäristöjen esteettömyyttä, saavutettavuutta ja käytettävyyttä kaikille käyttäjille. Design for All tarjoaa työkalut, joiden avulla voidaan pyrkiä ymmärtämään paremmin käyttäjien tarpeiden monimuotoisuutta ja muistuttamaan tarpeista, joita käyttäjillä saattaa olla esimerkiksi ikääntymisen tai mikä tahansa pysyvän tai väliaikaisen vamman vuoksi. (Suomen Design for All -verkosto 2010, hakupäivä 6.4.2010.)

Design for All sisältää seitsemän periaatetta, jotka ovat yhdenvertaisuus, joustavuus, yksinkertaisuus ja selkeys, informaation havaittavuus, virhetoleranssin sieto, fyysisen voiman ja kestävyys-tarve sekä koko ja muoto, jotka mahdollistavat tuotteiden käytön. Yhdenvertaisuus tarkoittaa, että tuotteet ja palvelut ovat kaikkien ihmisten käytettävissä. Joustavuus ottaa huomioon tuotteissa ja palveluissa ihmisten erilaisen kyvyt ja tarpeet. Yksinkertaisuus ja selkeys merkitsevät, että ympäristö on helposti kaikkien ihmisten käytettävissä huolimatta hänen aiemmasta kokemusmaailmastaan tai tiedollisista ja kielellisistä kyvyistään. Informaatio on havaittavaa, kun ympäristö sisältää ymmärrettävät ja havaittavat opasteet ja tiedotteet kaikille ihmisille huolimatta heidän aistitoiminnoistaan tai tiedon käsittelyn nopeudesta. Virhetoleranssin sieto tarkoittaa, että ympäristöstä ja tuotteista minimoidaan mahdolliset riskit ja ei-toivotut seuraukset. Fyysisen voiman ja kestävyys-tarve tarkoittaa, että tuotteiden ja palveluiden käyttö on tehokasta ja sujuvaa sekä onnistuu myös ilman suuria ponnisteluja heikentyneellä lihasvoimalla ja kestäkyvyllä. Lisäksi tuotteiden ja tilojen koon ja muodon tulee olla sellaisia, että niiden käsittely onnistuu huolimatta

ihmisen koosta, tasapainosta tai liikkumiskyvystä. (Rigby, Stark, Letts & Rignaert 2011, 821–823; Ringaert 2003, 103–104; Pikkarainen 2007, 44–45.) Design for All -ajattelu on ohjannut vahvasti työskentelyämme elinkaariasumisen mahdollistavan wc-, kylpyhuone- ja saunatilojen suunnittelussa tilojen ja tuotteiden esteettömyyden ja käytettävyyden osalta.

Esteettömällä rakennuksella tarkoitetaan tilan saavutettavuutta ja sen liikkumis- ja toimintaesteettömyyttä. Saavutettavaan rakennukseen johtaa liikkumis- tai toimintarajoitteiselle henkilölle soveltuva esteetön, hyvin havaittava ja hahmotettava kulkuväylä tontin rajalta ja autopaikoilta rakennuksen ulko-ovelle ja edelleen sisäänkäynnin kautta rakennuksen käyttötarkoituksenmukaisiin tiloihin. Niin sanotut asumisen päätoiminnot, kuten keittiö, olohuone, kylpyhuone/wc, yksi makuuhuone, kulkuyhteys terassille tai parvekkeelle tulee sijoittaa asunnon sisääntulotasoon. Asunnon sisääntulotason ovien, käytävien ja läpikulkutilojen täytyy olla riittävän leveitä pyörätuolille tai muille liikkumisen apuvälineille. Kulkuväylä on portaaton ja sen varrella olevien tasoerojen välillä on hissi tai vastaava tasonvaihtojärjestelmä helppokulkuisten portaiden lisäksi. Asunnon kaikissa huoneissa tulee olla riittävä tila pyörätuolin kääntymiseen. Kääntymisympyrän halkaisija tulee olla noin 130 cm–150 cm käsikäyttöiselle pyörätuolille ja sähkökäyttöiselle 250 cm. (Kyllönen & Kurenniemi 2003, 38–39; Esteetön rakennus ja ympäristö 2007, 12.)

Kylpyhuoneen suunnittelu on esteettömän asunnon suunnittelun kriittisimpiä alueita, koska se on yksi monimutkaisimmista ja vaarallisimmista asunnon huoneista. Pinnat ovat usein kovia ja liukkaita ja usein tarvittavat tukikahvat puuttuvat. (Kyllönen & Kurenniemi 2003, 38–39; Esteetön rakennus ja ympäristö 2007, 12.) Irralliset matot, liukkaat lattiat, korkeat kynnykset ja lattian tasoerot ovat yleisimpiä vaaratilanteiden aiheuttajia wc- ja kylpytiloissa. (ks. Mäntylä 2009, 30.) Asunnon kalustuksen ja huonekalujen toimivuuden tulisi vastata ihmisen tarpeita. Ergonominen kalustemitoitus wc- ja kylpyhuonekalusteissa lisää turvallisuutta toimimiseen.

Toimivassa esteettömässä tilassa on otettu huomioon myös kuulemisen ja näkemisen esteettömyys. Tärkeintä on, että ympäristö ei rajoita tai sulje kokonaan pois kenenkään mahdollisuutta toimia ja kommunikoida joustavasti tilassa. Wc:ssä, kylpyhuoneessa ja saunassa täytyy erityisesti ottaa huomioon tilojen turvallisuus ja kalusteiden monipuolinen käytettävyys. Esteettömässä kylpyhuoneessa on otettava huomioon wc-istuimen korkeus, riittävä jalkatila wc-altaan alla sekä se, että huoneessa on riittävästi tilaa pyörätuolilla liikkumiseen ja kääntymiseen. Liikuntarajoitteisilla henkilöillä liikkuminen ja siirtyminen tiloissa tulisi olla mahdollista ilman ulkopuolista apua, mutta tilaa tulisi olla myös avustavalle henkilölle. Lisäksi on otettava huomioon riittävät säilytystilat, pis-

tokkeiden ja valokatkaisimien paikat ja sijoituskorkeus, seinien vahvistaminen tulevaisuuden tukikahvojen asennusta varten, sekä suihkun valinta niin, että pyörätuolia käyttävän ihmisen, lapsen kuin lyhytkasvuisenkin ihmisen on helppo käyttää ja ulottua siihen. (Kyllönen & Kurenniemi 2003, 38; Esteetön rakennus ja ympäristö 2007, 12; Young, Payne & Joines 2010, 444, 446; Stark 2003, 227, 230.)

Esteellinen ja saavuttamaton asunto eristää liikunta- tai toimintarajoitteiset ihmiset tai ikääntyneet ihmiset asunnon sisälle. He eivät kykene olemaan tekemisissä naapuriensa kanssa tai tapamaan sukulaisiaan, eikä asunto ole heille enää turvallinen ympäristö. Usein asuntoon tehdään muutostöitä, jotta turvallisuus ja toimivuus paranisivat. Tutkimukset kuitenkin osoittavat, että ikääntyneiden ihmisten asunnonmuutostyötarpeeseen havahdutaan usein vasta sitten, kun ikääntyneet ihmiset eivät enää selviä kotonaan yksin. Liian myöhään aloitettu muutosprosessi ei aina toteudu ikääntyneen ihmisen itsensä toiveiden mukaisesti, koska ikääntynyt ihminen ei enää jaksaa tai halua osallistua prosessiin. Jälkikäteen tehdyt kodinmuutostyöt tulevat myös kalliimmiksi kuin kodin suunnittelu esteettömäksi jo rakennusvaiheessa. Rakennussuunnittelussa kustannuksissa tulisi ottaa huomioon esteettömän rakentamisen tulevaisuudessa tuomat säästöt. Lisäksi jo alun perin esteettömäksi suunniteltu ja rakennettu tila on yleensä laadultaan parempi kuin jälkikäteen muutostyönä esteettömäksi tehty tila. (ks. Letts, Rigby, Ringaert & Stark 2009, 833; Mäntylä 2007, 16.)

Esteettömien asuntojen käyttäjien kokemuksen mukaan nykyisin markkinoilla olevissa esteettömissä asuntoratkaisuissa ei kuitenkaan oteta huomioon asukkaiden kokonaisvaltaista käyttökokemusta. Käyttäjien mukaan tämä johtaa lopputuloksiin, jotka voidaan kokea leimaavina tai epätydyttävinä. Asumisratkaisuissa tulisi ottaa huomioon esteettömyyden lisäksi myös elämäntapaan ja persoonaan liittyvät tekijät sekä esteettisyys. Esteettömien asuntoratkaisujen käyttäjien mukaan yksilöllisyyden huomioon ottaminen asunnon suunnittelussa ja rakentamisessa on erittäin tärkeää. Asukkaat tahtovat toteuttaa yksilöllisiä ratkaisuja omassa kodissaan omien mieltymystensä, elämäntapansa, persoonansa ja toiminnan rajoitteidensa mukaan. Siksi on tärkeää panostaa asunnon muunneltavuuteen. Asunnossa tulee esteettömien liikkumis- ja toimimismahdollisuuksien lisäksi olla mahdollisuus muuntaa tiloja asukkaan omien tarpeiden ja toiveiden mukaan. Esimerkiksi suihkutilaan voidaan asentaa seinään tukikaiteita tai suihkuistuin asukkaiden ikääntymisen myötä. Yleensä esteettömään kylpyhuoneeseen ei suunnitella kylpyammetta liukastumis- ja kaatumisvaaran vuoksi. Kylpyamme voi olla kuitenkin ihmisille, joilla esiintyy sairaudesta johtuvassa jäykkyyttä kehossa, erittäin tärkeä osa rentoutumista. (ks. Jacobsen & Pirinen

2010, 205, 210–222.) Yksilöllisen suunnittelun, asukkaiden tarpeiden ja toimivien pohjaratkaisujen avulla voidaan lisätä viihtyvyyttä, vähentää ympäristön luomaa tapaturma-alttiutta ja vaikuttaa näin ihmisen turvallisuudentunteeseen ja tilojen toimivuuteen. (ks. Heikkinen & Rantanen 2003, 426).

3.6 Elinkaariasuminen

Elinkaariasunnossa asukkaalla on mahdollisuus ja edellytykset elää ja toimia samassa asunnossa koko elämänsä ajan. Elinkaariasuminen ottaa huomioon kaikenikäiset asukkaat ja ihmiset, joilla on erilainen toimintakyky. Tavoitteena on asunnon turvallisuus, saavutettavuus, toimivuus ja miellyttävyys kaikille asukkaille. (Ara, hakupäivä 17.1.2011; Mäntylä 2009, 29.) Iän ja elämäntilanteen myötä asuinympäristön merkitys muuttuu. Asuinympäristön laatu rakentuu useista tekijöistä. Hyvä laatu voi merkitä samassakin elämäntilanteissa oleville ihmisille eri asioita. Asumisen kannalta keskeisiä asioita ovat asunnon esteettömyys sekä mahdollisuus itsenäiseen toiminnalliseen suoriutumiseen omassa asunnossa. Asumistarpeisiin vaikuttavia tekijöitä ovat yksilöllisen liikunta- ja toimintakyvyn lisäksi perhetilanne ja elämänvaihe, riippuen siitä, onko henkilö itse lapsi, nuori, aikuinen vai ikääntynyt. (Kyllönen & Kurenniemi 2003, 19–20, 28.)

Elinkaariasumisen myötä eri-ikäiset ihmiset voivat asua samassa asunnossa, jolloin eri-ikäryhmien kohtaaminen rikastuttaa elämänpiiriä. Tämä tulee yhä tärkeämmäksi väestön ikääntyessä. Elinkaariasuminen mahdollistaa asumisen omaksi koetussa tutussa asuinpaikassa mahdollisimman pitkään, jolloin ihmisellä säilyy kokemus elämän jatkuvuudesta vaikka omat voimavarat ja fyysinen kunto heikkenevät. Lisäksi elinkaariasumisen myötä menneisyyden läsnäolo ja toiminnallinen historia, joka heijastaa ihmisen aiempia kokemuksia ja elämyksiä, voivat säilyä ihmisen ja asunnon (kodin) välillä. (Heikkinen & Rantanen 2003, 426, 428; Kielhofner 2002, 45; Mäntylä 2009, 29; Pikkarainen 2007, 56.)

Suomalaisista 65 vuotta täyttäneistä ihmisistä noin 90 % asuu itsenäisesti omassa kodissaan. Mahdollisimman pitkään omassa kodissa asumisella on positiivinen vaikutus ihmisen selviytymisen tunteeseen ja mielialaan. Tutun asuinympäristön etuja ovat ennakoitavuus, pysyvyys, turvallisuus ja järjestys. Tuttuun ympäristöön, esimerkiksi kylpytiloissa, rakentuvat ihmisten rutiinit ja toimintatavat, joiden suorittaminen sujuu lähes automaattisesti toiminnallisen suoriutumisen heiketessäkin. Lisäksi on tärkeää, että ihmiset voivat tehdä merkitykselliseksi kokemiaan toimintoja, kuten saunomista ja jatkaa niiden parissa toimintarajoituksista huolimatta. Ihmisen toiminta arjes-

sa jatkuu ja hänen kontrollintunteensa elämästä lisääntyy, kun ihminen saa toiminnallisen suoriutumisen yhteydessä kokemuksen pätevyydestään. Esimerkiksi, kun ihminen kokee pystyvänsä suoriutumaan hygieniastaan itsenäisesti wc- ja kylpytiloissa, voi hän tuntea pätevyyttä suoriutumisestaan. (ks. Pikkarainen 2007, 52–53, 55–56.) Tutkimusten mukaan ihmiset, joilla oli toiminnanrajoite, kokivat, että heidän elämänlaatuunsa vaikutti positiivisesti se, kuinka paljon he pystyivät tekemään valintoja elämässään ja kuinka paljon heillä oli mahdollisuus vaikuttaa omaan elämäänsä. He arvioivat, että heidän pätevyyden ja itsenäisyyden tunteensa eivät olleet riippuvaisia siitä, kuinka paljon he tarvitsivat avustusta toiminnoissa vaan siitä, kuinka paljon he tunsivat voidensa kontrolloida itse elämäänsä. (Hammel 2003, 39–40.)

Elinkaariasumisen mahdollistamiseksi on tärkeää, että ympäristösuunnittelussa kaikki eriluontoiset tavoitteet, kuten taloudelliset, tekniset, esteettiset, sosiokulttuuriset, ekologiset ja psykologiset otetaan huomioon. Tähän vaaditaan eri alojen asiantuntijoiden yhteistyötä. Lisäksi on tärkeää, että eri käyttäjäryhmät voivat osallistua oman ympäristönsä suunnitteluun, varsinkin asuntojensa ja lähiympäristönsä osalta. (ks. Aura, Horelli & Korpela 1997, 156, 158–159.) Elinkaariasumisessa ihmisten tarpeet otetaan huomioon jo suunnitteluvaiheessa. Toimintaterapeutit voivat osallistua suunnitteluun esimerkiksi ympäristön arvioinnin ja adaptaation eli mukauttamisen osalta. Suunnittelussa toimintaterapeuttien tulee ottaa huomioon yhteiskunnallinen näkökulma yksilönäkökulman lisäksi. Näin varmistetaan, että kaikki asiakkaat otetaan huomioon. (Letts ym. 2009, 821–822.)

Asumiseen vaikuttavat monet tekijät, kuten taloudellinen tilanne ja asuinpaikkakunnan valinta. **Lapsiperheissä** elämäntapa on mitä suurimmissa määrin perhekeskeistä ja tämän vuoksi kotona käytettävissä olevat tilat ovat erityisen tärkeitä. Kun lapset ovat pieniä, leikki- ja säilytystilaa tarvitaan paljon wc- ja kylpytiloissa. Wc-tilassa kaapistojen ja laatikostojen valinnassa on otettava huomioon niiden asennuskorkeus niin, että lapset yltävät ja ulottuvat kaapistojen hyllyille. Laatikostojen avaaminen tulee olla myös helppoa, jolloin avaaminen ei vaadi suuria ponnisteluja. Säilytystilaa tulee olla riittävästi vauvojen vaipoille ja vaihtovaatteille, isompien lasten kylpyleluille sekä nuorten ja vanhempien hygieni- ja kosmetiikkahoitotuotteille ja -välineille. Wc-tilan peilin asennuskorkeudessa on otettava huomioon, että lapsi näkee itsensä peilistä. Ulottumista wc-altaalle voidaan helpottaa tukevalla ja riittävän leveällä lattialla olevalla liikuteltavalla korokkeella. Kylpytilassa riittävä tila mahdollistaa lasten kylpyleikit ja vanhempien valvonnan. Lisäksi suurikin perhe voi kylpeä miellyttävästi, kun kylpy- ja saunatilat ovat tilavia. Saunassa lasten turvallisuus on otettava huomioon etenkin lauteille noustessa ja kiukaan suojaamisessa. Lisäksi lapsiperheen

vanhemmat tarvitsevat esimerkiksi rauhallisen kylpy- ja saunatilan, jossa on mahdollisuus rauhalliseen ja esteettiseen rentoutumiseen. (ks. Kyllönen & Kurenniemi 2003, 18.)

Henkilöiden, joilla on liikkumisen tai toiminnanrajoite, kyky hahmottaa, toimia ja liikkua ympäristössä on keskimääräistä heikompia. Väestöstämme 10 % on pysyvästi liikkumis- ja toimintarajoitteisia. Heille asumisen kannalta keskeisiä asioita ovat asunnon esteettömyys sekä toiminnallinen suoriutuminen omassa asunnossa. (Kyllönen & Kurenniemi 2003, 19.) Elinkaarisuunnittelu ottaa huomioon tulevaisuuden uuden teknologian ja sosiaalitekniikan käyttöönoton, joka tukee henkilöiden, joilla on liikkumisen- tai toiminnanrajoite asumista. Lisäksi elinkaarisuunnittelu ottaa huomioon mahdollisen kotipalvelun tai avustajan tilan tarpeen wc-, kylpy- ja saunatilojen suunnittelussa ja mitoituksessa. Avustajien toiminta voi olla vaikeaa tai kokonaan mahdotonta asunnon tilojen tai varustuksen puutteiden vuoksi. (ks. Kyllönen & Kurenniemi 2003, 20–21.)

Kyky liikkua on ihmiselle tärkeää hyvinvoinnin ja toiminnallisen suoriutumisen kannalta. Sähköpyörätuolin käyttäjien apuvälineen käytettävyyks vaikuttaa suoraan käyttäjän toiminnalliseen osallistumiseen. Sähköpyörätuolin käyttäjät kokevat ongelmallisiksi ahtaat wc-tilat ja kapeat oviaukot sekä vaikean tai estyneen pääsyn wc-altaan ääreen. (Arthanat, Nochajski, Lenker, Bauer & Wu 2009, 759.) Liikunta- tai toimintarajoitteisia henkilöitä ajatellen asunnon suunnittelun tärkeimpänä huomionkohteena ovat tasoerot, tilantarve ja ulottuminen. (Liedes 2003, 3). Esimerkiksi henkilöiden käsien ja ylävartalon toiminnan ollessa rajoittunutta, on huomiota kiinnitettävä asunnossa erityisesti painikkeiden, vetimien, käsijohteiden ja hanojen sijoittamiseen ja muotoiluun, jotta niihin on helppo ulottua ja niistä saa hyvän otteen. (Lehtola 2002, 15).

Näkövammaisen henkilö tarvitsee turvalliseen liikkumiseen kulkuväylän, jossa ei ole putoamisvaaraa tai törmäysvaaraa edes korkeussuunnassa. Näkövammaisen henkilö voi toimia sujuvasti esteettömässä toimimisympäristössä, jossa tilojen hahmotettavuus sekä painikkeiden havaittavuus on otettu huomioon. Akustiikan tulee olla hyvä, jotta näkövammaisen henkilö voi tehokkaasti korvata puuttuvaa näkökykyä kuulon avulla. Kuulovammaisen henkilö tarvitsee akustisesti kaiutetun ja meluttoman ympäristön. (Esteetön rakennus ja ympäristö 2007, 8.) Heikkonäköisen henkilön samoin kuin kuulovammaisen henkilön itsenäistä toiminnallista suoriutumista wc-, kylpy- ja saunatiloissa voidaan helpottaa oikeanlaisen valaistuksen ja värikontrastien avulla. Riittävä valaistusvoimakkuus, oikeat luminanssi- eli pintakirkkaussuhteet, tehokas häikäisy suojaus, oikea valon suuntaus ja sopivat valon väriominaisuudet ovat hyvän valaistuksen perusvaatimukset.

Suunnittelussa olisikin kiinnitettävä huomiota valaistusvoimakkuuden sijasta enemmän valaistuksen muihin laatutekijöihin. (Jokiniemi 1998, 18.)

Ikääntyneillä ihmisillä toiminnallinen suoriutuminen pitää yllä ympäristösuhdetta, puutteet toiminnallisessa suoriutumisessa taas heikentävät tätä suhdetta. Toiminnallinen suoriutuminen ilmenee esimerkiksi liikkumisena, jaksamisena ja päivittäisten toimintojen tekemisenä. Toiminnallinen suoriutuminen sisältää myös ajallisuuden, sillä mitä heikommaksi suoriutuminen etenee, sitä kauemmin toiminnoista suoriutumiseen kuluu aikaa. Ikääntyneiden toiminnallisen suoriutumisen näkökulmasta on tärkeää, että ympäristöjen suunnittelussa otetaan huomioon esteettömyys ja saavutettavuus ja edistetään näin myös ihmisen ympäristösuhdetta. (Salonen 2009, 83–84.)

Ikääntyneiden ihmisten kyky hahmottaa ympäristöä, liikkua ja toimia siinä ovat keskimääräistä heikompia ja lisäksi ne heikentyvät asteittain. (Kyllönen & Kurenniemi 2003, 19–20). Arjessa selviytymisen keinoja ikääntyneillä ihmisillä ovat hitaammin toimiminen tai tiettyjen toimintojen kokonaan välttäminen, apuvälineiden käyttäminen, avustajaan turvautuminen ja ympäristön muuttaminen alentunutta toimintakykyä vastaavaksi (Lehtola 2002, 14).

Ikääntyneiden ihmisten tavallisimmat ongelmat liittyvät tavaroiden kurkottamiseen ylhäältä, suihkussa käyntiin, istuutumiseen ja nousemiseen wc-istuimelta, tavaroiden kuljettamiseen, pukeutumiseen, sekä kumartumiseen esimerkiksi poimiessa tavaroita lattialta (Stark, Landsbaum, Palmer, Somerville & Morris 2009, 240; ks. Esteetön rakennus ja ympäristö 2007, 8). Vaarana ovat ennen kaikkea kompastuminen, kaatuminen tai liukastuminen. Jos jalkojen verenkierto on huono ja jalat ovat puutuneet istumisesta, voi seisomaan nousu aiheuttaa vaaratilanteen tasapainon pettäessä. Ikääntyessä huono muisti voi aiheuttaa yllättäviä tilanteita, jolloin ikääntynyt henkilö kiihottaa ja toimii varomattomasti tai kaatuu. Ihmisen, jolla on heikentynyt muisti toimintaa vaikeuttavia tekijöitä ovat asuinympäristön jäsentämättömyys, sekavuus ja huono valaistus. (Lehtola 2002, 15–16.) Asunnoissa esimerkiksi tukikaiteiden asentaminen, wc-istuimen korottaminen tai yleis- ja kohdevalaistuksen parantaminen lisäävät toimimisen turvallisuutta. (Lehtola 2002, 13–14; Pikkarainen 2007, 57–58.) Ikääntyneiden ihmisten tapaturmariskiä voidaan pienentää merkittävästi myös välttämällä liukkaita lattiamateriaaleja ja käyttämällä liukuesteitä kylpyhuoneessa ja saunassa. (Kyllönen & Kurenniemi 2003, 20.)

Tutkimuksen mukaan ikääntyneet ihmiset, jotka ovat kokeneet aivohalvauksen, viettävät paljon aikaa kotona ja heidän osallistuminen ennen aivohalvausta olleisiin toiminnallisiin rooleihin on vä-

hentynyt aivohalvauksesta seuranneiden oireiden ja toiminnallisten rajoitteiden vuoksi. Toimintaterapeutti voi edistää aivohalvauksen kokeneiden ikääntyneiden ihmisten aiempien roolien mukaista toimintaa ja laajentaa heidän ajankäyttöään ympäristönmuutostöiden avulla. (McKenna, Liddle, Brown, Lee & Gustafsson 2009, 185–186.) Johtopäätöksenä voidaan ajatella, että esimerkiksi aivohalvauksen kokenut ihminen voi säilyttää hänen aiemmat itsestä huolehtimisen ja sosiaaliset roolinsa, kun wc-, kylpy- ja saunatilat suunnitellaan ja toteutetaan niin, että toiminnan rajoitteista huolimatta ihminen voi toimia näissä tiloissa.

4 ELINKAARIASUMISEN MAHDOLLISTAVA WC-, KYLPY- JA SAUNATILAN TILASUUNNITELMAN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

4.1 Wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman laatukriteerit

Tuotteen laadun arviointikriteerit riippuvat asetetuista tavoitteista ja tilanteesta ja tuotteen laatua arvioidaan sen perustella, miten hyvin tulos vastaa asetettuja tavoitteita. Laatua ei siis voida mitata ennen kuin laadun käsitteet ja kriteerit on täsmennetty. Tuotteen laadusta vastaa koko projektiryhmä ja laatutoiminta on mukana projektin päivittäisessä työskentelyssä. (Ruuska 2007, 234–235.)

Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman laatukriteereinä olivat **asiakaslähtöisyys ja luotettavuus**, joiden avulla varmensimme tuotteen laadun koko opinnäyte-työprosessin ajan. Laadukas tuote vastaa käyttäjän tarpeisiin ja tuotteen vaikutus vastaa asiakkaan odotuksia mahdollisimman hyvin. Laadukkaan tuotteen tulee olla kilpailukykyinen ja mainostaa itse itseään. (ks. Jämsä & Manninen 2000, 127; ks. Ruuska 2007, 234.) Asiakaslähtöisyyden valitsimme laatukriteeriksi, koska tilasuunnitelman tulee olla selkeä, toimiva ja hyödynnettävä Oulun Rakennusteho Oy:lle ja muille käyttäjille. Tilasuunnitelman mukaisissa tiloissa on otettu huomioon ihmisten erilainen toimintakyky ja tilat ovat muuntuvia. Koska tuote on suunniteltu ja tehty tiiviissä yhteistyössä moniammatillisen työryhmän kanssa, se on tulevaisuudessa hyödynnettävissä suunnittelijoiden ja rakennuttajien keskuudessa. Yhteistyökokouksissa moniammatillisen työryhmän jäsenet kertoivat mielipiteensä tilasuunnitelman ratkaisuvaihtoehtoista, jolloin saimme hyödynnettyä työryhmän asiantuntijuutta ja tietoa. Asiakaslähtöisyyttä asukkaiden näkökulmasta lisäsi yhteistyömme moniammatilliseen työryhmän käyttäjänäkökulman edustajan kanssa. Hän on antanut meille käyttöön tietoaan ja arvokasta käytännön kokemusta, jota olemme voineet hyödyntää tilasuunnitelmassa.

Luotettavuuden valitsimme laatukriteeriksi, koska tilasuunnitelman tulee noudattaa suunnittelua ja rakentamista koskevaa lainsäädäntöä, ajankohtaista tutkimustietoa ja toimintaterapiakirjallisuutta sekä toimintaterapian eettisiä arvoja. Tilasuunnitelman sisältämän aineiston on perustuttava tutkimustietoon ja käyttäjän on pystyttävä luottamaan siihen. Aineistosta tulee näkyä lisäksi tekijöi-

den perehtyneisyys käsillä olevan asiaan. (ks. Parkkunen, Vertio & Koskinen-Ollonqvist 2001, 12.)

4.2 Wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman suunnittelu ja toteutus

Tuotteella tarkoitetaan materiaalista tuotetta tai palveluita. Tuotteen tulee olla selkeästi rajattavissa, hinnoiteltavissa ja sisällöltään täsmennettävissä. Lisäksi sosiaali- ja terveysalan tuottet edistävät välillisesti tai välittömästi sosiaali- ja terveysalan kansallisia ja kansainvälisiä tavoitteita sekä noudattavat alan ammattieettisiä ohjeita. Sosiaali- ja terveysalan tuotteen tulee edistää terveyttä, hyvinvointia ja elämänhallintaa. Kilpailukykyinen, laadukas ja elinkaareltaan pitkäikäinen tuote syntyy tuotekehitysprosessin kautta. (Jämsä & Manninen 2000, 13–14, 16.)

Osallistuimme projektin ensimmäiseen yhteistyökokoukseen maaliskuussa 2009, jolloin yhteistyötaho Oulun Rakennusteho Oy kertoi meille tarkemmin hankkeen tavoitteista ja aikataulusta. Yhteistyökokouksessa keskustelimme opinnäytetyön aiheajauksesta ja sovimme alustavasti keskityvämmä elinkaariasunnon kosteidentilojen suunnitteluun. Toukokuussa 2010 pidetyssä yhteistyökokouksessa rajasimme lopullisesti tilasuunnitelmamme koskemaan wc-, kylpyhuone- ja saunatiloja. Kokouksessa saimme kuulla, että Oulun rakennusteho Oy ei hyödynnä tilasuunnitelmaa rakenteilla olevaan rivitaloasuntoon, koska se tuli rakentaa nykyisen ostajan toiveiden mukaisesti. Rakennusteho Oy:n edustaja kertoi, että tilasuunnitelmaa hyödynnetään tulevaisuuden asunonsounnittelussa ja -rakentamisessa. Päätimme kuitenkin käyttää alkuperäisiä rivitaloasunnon pohjapiirustuksia wc-, kylpyhuone- ja saunatilojen tilasuunnitelman pohjana konkreettisuuden ja hahmotettavuuden vuoksi. Tilasuunnitelmassa hyödynnämme osittain Marika Alasuutarin opinnäytetyötä, jonka nimi on Toiminnallista suoriutumista tukeva elinkaariasunto. Jatkumo opinnäytteissä oli myös yhteistyötahon toive.

Aloitimme tilasuunnitelman ideoinnin ja luonnostelun kesäkuussa 2010. Perehdyimme rakennuslainsäädäntöön, esteettömyyteen, elinkaariasumiseen sekä Desing for All -ajatteluun kirjallisuuden ja tutkimusten avulla. Toimintojen analysoinnin kautta saimme tietää, miten fyysinen ympäristö wc-, kylpy- ja saunatiloissa voi vaikuttaa ihmisen toimintaan. Tutustuimme ja vertailimme wc-, kylpy- ja saunatilojen kalustevaihtoehtoja, materiaaleja ja tilaratkaisuja niihin erikoistuneissa liikkeissä. Kesän ja syksyn 2010 aikana pohdimme erilaisia ratkaisuja ja vaihtoehtoja elinkaariasunnon wc-, kylpy- ja saunatiloihin ja aloimme kirjata niitä tuotteeseen. Syksyn 2010 aikana moniammatillinen työryhmä kokoontui neljä kertaa. Kokouksissa esittelimme ja perustelimme yhteis-

työtaholle suunnittelemiamme materiaali-, kaluste- ja tilaratkaisuja ja keskustelimme ratkaisusta työryhmän jäsenten kanssa. Kokouksissa havainnollistimme kalusteratkaisuja kuvien avulla. Muokkasimme tilasuunnitelmaamme kokouksissa esille tulleiden ehdotusten mukaan. Marraskuussa 2010 pidetyn yhteistyökokouksen yhteydessä allekirjoitimme projektin yhteistyösopimukset (liite 3). Arkkitehti Juha Paananen piirsi joulukuussa pidettyyn kokoukseen kaksi wc-tilan kalustekaaviota suunnittelemiemme ratkaisujen pohjalta. Kokouksessa tarkastelimme työryhmän kanssa ratkaisuvaihtoehtojen toimivuutta kalustekaavioiden avulla. Työryhmän palautteen perusteella valitsimme toisen kalustekaavioista tilasuunnitelmaan (katso elinkaariasumisen mahdollistavan wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman liite 2).

Marraskuussa 2010 teimme ympäristön arvioinnin Housing Enabler -arviointivälineen avulla Rakennusteho Oy:n rakentamaan rivitaloasuntoon yhdessä lehtori Eliisa Niilekselän kanssa. Asunnon piha-alue oli rakennusvaiheessa, joten sitä ei juurikaan voitu arvioida. Keskityimme arvoinnissa sisätiloihin ja erityisesti wc-, kylpy- ja saunatiloihin. Ympäristön arvioinnin tekeminen Housing Enablerin avulla oli hyödyllistä, sillä tulosten avulla havaitsimme konkreettisesti asunnon esteettömyysongelmat. Tekemämme ympäristöarvioinnin avulla kykenimme myös perustelemaan valintojamme tilasuunnitelmassa ja moniammatillisessa työryhmässä. Standardoidun ympäristökartoituksen tulokset tukivat toiminnan analysoinnista saamamaamme tietoa yleisistä wc-, kylpyhuone- ja saunatilojen esteettömyysongelmista. Ympäristökartoituksesta saatuja tuloksia käytimme hyödyksi wc-, kylpy- ja saunatilojen tilasuunnitelman laadinnassa, jotta tilasuunnitelma ottaisi mahdollisimman hyvin huomioon erilaisten käyttäjien toiminnallisen suoriutumisen tarpeet. Ympäristökartoituksen tulokset suhteutettiin käyttäjillä mahdollisesti esiintyviin toiminnallisen suoriutumisen rajoitteisiin. Näitä ovat esimerkiksi alentunut näkökyky, tasapainovaikeudet, yläraajan toimintakyvyn osittainen puuttuminen, vaikeudet kumartua tai polvistua sekä apuvälineiden kuten kävelytelineen tai pyörätuolin käyttö. (ks. Iwarsson & Slaug 2008, 69.) Tilasuunnitelmaan olemme kirjanneet sisätiloissa sekä wc-, kylpyhuone- ja saunatiloissa esiintyneet merkittävimmät esteettömyysongelmat, jotka saatiin selville Housing Enabler -arviointivälineellä tekemämme ympäristökartoituksen perusteella. (ks. tilasuunnitelma s.12.)

Tammikuun 2011 aikana lähetimme tilasuunnitelman sähköpostitse moniammatillisen työryhmän jäsenille ja pyysimme mahdollisia muokausehdotuksia suunnitelmaan. Muokkasimme tilasuunnitelmaa saatujen palautteiden perusteella maaliskuun 2011 aikana. Huhtikuussa 2011 lähetimme tilasuunnitelman ja palautelomakkeen moniammatillisen yhteistyöryhmän jäsenille sekä työryh-

män ulkopuoliselle toimintaterapeutille. Palautelomakkeen avulla he antoivat palautetta tilasuunnitelmasta ja projektityöskentelystä.

Tilasuunnitelman ja raportin tekemisessä olemme käyttäneet kirjallisina lähteinä toimintaterapian kirjallisuutta ja tutkimuksia sekä myös muiden tieteenalojen julkaisuja sekä Housing Enabler -ympäristön arviointivälineen tuloksia. Kirjallisuuden avulla hankimme tietoa ihmisen toimintakyvystä ja ympäristön esteettömyyskriteereistä eri elämäntilanteissa. Toimintaterapian teorian tietoa olemme hankkineet erityisesti Kanadan toiminnallisen suoriutumisen mallista ja Inhimillisen toiminnan mallista. Molemmissa malleissa korostuu vahvasti ihmisen, ympäristön ja toiminnan välinen suhde, jotka yhdessä muodostavat toiminnallisen suoriutumisen. Toiminnallisen suoriutumisen käsite on ollut tärkeässä roolissa tilasuunnitelman teoriapohjaa luodessamme. Kanadan toiminnallisen suoriutumisen mallissa ympäristön korostetaan olevan hyvin monimuotoinen. Ihmisen ympäristö muodostuu kulttuurisen, institutionaalisen, fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ympäristöjen osatekijöistä. (Law ym. 1997, 44–47). Olemme tuoneet tilasuunnitelmassa fyysisen ympäristön lisäksi esille sosiaalisen ja kulttuurisen ympäristön merkitystä asukkaiden toiminnallisessa suoriutumisessa ja osallistumisessa. Asukkailla on iästään, toimintarajoitteistaan ja avuntarpeistaan huolimatta mahdollisuus toteuttaa laaja-alaisesti yksilöllisiä sosiaalisia roolejaan sekä kulttuurilleen ominaisia toimintoja tilasuunnitelman mukaisissa wc-, kylpyhuone- ja saunatiloissa. Institutionaalinen ympäristö on ohjannut työskentelyämme, sillä tilasuunnitelman tulee olla esteetöntä rakentamista säätelevien lakien ja asetusten mukainen. (Ks. Law ym. 1997, 46; Ks. Pikkarainen 2007, 51.)

Inhimillisen toiminnan mallissa ihmisen, toiminnan ja ympäristön ajatellaan olevan systeemiteorian mukaisesti vuorovaikutuksessa keskenään. Systeemiteorian mukaan muutos jonkin osa-alueen kohdalla vaikuttaa myös muihin osa-alueisiin ja näin ihmisen toiminnalliseen suoriutumiseen. Tilasuunnitelmassa olemme vaikuttaneet ympäristön osa-alueeseen muun muassa kaluste- ja materiaalivalintojen avulla. Näin ollen tilasuunnitelman mukaiset tilat ja ratkaisut mahdollistavat ihmisen sujuvan toiminnallisen suoriutumisen wc-, kylpyhuone- ja saunatiloissa.

Toimintaterapian mallien lisäksi työskentelyämme ohjasi vahvasti elinkaari- ja Design for All -ajattelu. Design for All -ajattelu näkyy elinkaariasunnon wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilaratkaisuissa siten, että tilat olisivat kaikille saavutettavat ja käytettävät ihmisen iästä ja toiminnan rajoitteista riippumatta. Tilasuunnitelmassa korostetaan Design for All -ajattelun mukaisen suunnittelun tarkoittavan muutakin, kuin pelkästään toiminnanrajoitteisille ihmisille tarkoitettua suunnittelua.

(ks. Tahkokallio 2009, 3.) Tilasuunnitelmassa otetaan tilojen mukautumisen lisäksi huomioon, että wc-, kylpyhuone- ja saunatilat ovat esteettisesti korkeatasoisia ja kodikkaita.

4.2.1 Wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman ulkoasu

Tuotteen esteettisen kokonaisuuden avulla voidaan herättää asiakkaan huomio ja lisätä kiinnostusta kyseiseen tuotteeseen. Esteettisen kokonaisuuden avulla voidaan lisätä myös asiakkaan sitoutumista tuotteen käyttöön. Onnistunut tuote syntyy, kun sosiaali- ja terveysalan tietoon, teknologiseen tietoon ja esteettisyyteen liittyvää osaamista hyödynnetään tuotteen teossa unohtamatta asiakkaaseen, terveyteen ja hyvinvointiin liittyvää ulottuvuutta. (Jämsä & Manninen 2000, 103–104.)

Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan on tehty Oulun seudun ammattikorkeakoulun opinnäytetyön kirjallisten ohjeiden mukainen. Tilasuunnitelman paperikoko on A4 ja sivuja on 49. Tilasuunnitelma on kirjoitettu Arial Narrow -fontilla, joka on asiallinen ja helppolukuisen. Leipätekstin fonttikoko on 12. Yläotsikot ovat boldattuja ja kirjoitettu suuraakkosin, alaotsikot erottuvat leipätekstistä boldauksen avulla. Tilasuunnitelmassa on kansilehti ja sisällysluettelo ennen varsinaista teoriaosiota. Teoriaosiota ja varsinaista tilasuunnitelmaa on jäsennelty yläotsikoiden ja väliotsikoiden avulla. Teoriaosioon kuuluu kolme yläotsikkoa. Johdannossa kerrotaan hankkeen taustoja ja yleisesti tilasuunnitelmasta. Elinkaariasunnon tilasuunnitelman perusteet -kappaleessa käsitellään rakentamisen lainsäädäntöä, elinkaariasumiseen, esteettömyyden rakentamiseen sekä toimintaterapiaan liittyvää teoretietoa. Elinkaariasunnon tilasuunnitelman lähtökohdat -kappaleessa kerrotaan tilasuunnitelman laatuksiteereistä, ympäristön vaikutuksista toiminnalliseen suoriutumiseen sekä motorisista taidoista, joita toiminnallinen suoriutuminen vaatii ihmiseltä.

Elinkaariasunnon wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelma -kappale sekä tilasuunnitelman liitteet käsittelevät varsinaista tilasuunnitelmaa. Tilasuunnitelmassa on tietoa wc:n, kylpyhuoneen ja saunan suunnittelusta Design for All -ajattelun mukaisesti. Suunnittelussa on otettu huomioon myös rakennuslainsäädäntö ja suositukset. Tilasuunnitelmassa kuvataan wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilojen suunnittelun vaihtoehtoisia ratkaisuja kalusteiden, materiaalien ja sähkötöiden suhteen. Tilasuunnitelmassa on kuvia esimerkeiksi valituista kalusteista ja tilasuunnitteluratkaisuista. Lopuksi tilasuunnitelmassa esitellään moniammatillisessa työryhmässä päätetyt suunnittelu-, materiaali- ja kalusteratkaisut wc-, kylpyhuone ja saunatiloissa perusteluineen. Elinkaariasunnon

wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelman liitteenä on elinkaariasunnon wc:n kalustekaavio. Kalustekaaviossa näkyy piirrettynä wc-tilan kalusteet, jotka ovat sijoitettu tilasuunnitelmassa kuvattuihin mittoihin. Kuva toimii tilasuunnitelman wc-tilaa käsittelevän kappaleen tukena.

Elinkaariasunnon wc-, kylpyhuone- ja saunatilat on suunniteltu toimimaan useille eri asukasryhmille elinkaariajattelun mukaisesti. Tilat mukautuvat asujan elämän eri vaiheisiin mahdollistaen omalta osaltaan itsenäisen toiminnallisen suoriutumisen ja asumisen omassa kodissa mahdollisimman pitkään. Tiloissa on otettu huomioon muunneltavuuden mahdollisuus elämäntilanteiden muuttuessa. Esimerkiksi wc-tilan seinien rakenteessa on otettu huomioon mahdollisuus asentaa tukikahvoja.

4.2.2 Wc- tilat

Pyrimme saamaan tilasuunnitelmaan tarpeeksi säilytystilaa. Säilytyskaappi on liukuovellinen, jotta sen avaaminen pyörätuolissa istuen olisi helppoa. Korkean siivouskomeron ja liukuovellisen säilytyskaapin vetimet ovat koko kaapin pituiset, joten niistä on helppo saada ote. Wc-altaan ja peilin oikealle puolelle on asennettu seinäkaappi, joka on 200 mm korkeudella pöytätasosta. Vedin on kiinnitetty kaapin alareunaan, jolloin siihen on helppo ulottua. Lisäsäilytystilaksi allastason alle on sijoitettu pyörillä varustettu liikuteltava laatikosto. Sekä laatikoston että kaapin vetimet ovat vaasuuntaiset ja kaapin levyiset.

Elinkaariasunnon tilasuunnitelman lattiamateriaaliksi wc-, kylpy- ja saunatiloissa on valittu luistamaton keraaminen 100 mm x 100 mm:n kokoinen laattalattia, joka on väriykseltään tummanruskea. Toiseksi lattiamateriaalivaihtoehdoksi valitsimme likaa hylkivän turvalattian, joka kestää nesteitä, kovaa puhdistusta ja desinfiointia. Lattian luistamattomuus on tärkeää, koska se lisää käyttäjien turvallisuutta. Lattialaattojen väri on tumma, jotta vaalea seinä ja vaaleat kalusteet erottuvat kontrastin ansiosta hyvin. Seinälaatta on mattavalkoista kooltaan isoa 250 mm x 400 mm laattaa. Seinälaatan kontrastivärinä on käytetty ruskeaa seinälaattaa. Ruskea seinälaatoitus on asennettu wc-tilassa wc-istuimen taakse ja kylpyhuoneessa suihkun taakse, jolloin valkoinen istuin ja suihku erottuvat paremmin vaaleasta seinästä. Laatasta voi olla ruskeansävyisiä kuvioita, jotka tuovat laattaan elävyyttä, mutta eivät tee laatasta liian kirjavaa. Värivalinnat ovat ajattomia ja kestävät vaihtuvia muotisuuntauksia. Saumaus lattiassa on tumman ruskea ja seinissä valkoinen.

Elinkaariasunnon tilasuunnitelman pesualtaan hanaksi on valittu varsiosaltaan perinteisiä hanoja pitempi sivuille kääntyvä hana, joka antaa lisää tilaa toimimiselle. Hanan vipu on leveä ja siihen

on helppo tarttua. Hanassa on merkitty värein lämpötilat ja siinä on turvallisuuden lisäämiseksi kuumavesirajoitin. Bidé-suihku sekä yksinkertainen ja helppokäyttöinen suihkuhana on asennettu wc-istuimen viereiselle seinälle 300 mm:n etäisyydelle ja noin 800 mm:n korkeuteen. Tämä lisää turvallisuutta, sillä hanaan ei tarvitse kurkottaa.

Elinkaariasunnon tilasuunnitelman wc-altaaksi on valittu mitoiltaan 550 mm x 450 mm:n kokoinen allas, joka on upotettu 1000 mm leveään tasoon niin, että molemmille puolin jää laskutilaa. Taso on 800 mm:n korkeudella, jolloin toimiminen istualtaan tai seisoaltaan on mahdollista. Taso on syvyydeltään 600 mm ja tason alle jää istualtaan toimivalle jalkatilaa vähintään 670 mm. Altaan viemäriputki on koteloitu huomaamattomasti seinään. Yksi kaksiosainen kosteantilan pistorasia on sijoitettu altaan oikean puolen viereiselle seinälle 900 mm:n korkeuteen, jolloin siihen on helppo ulottua. Toinen yksiosainen pistorasia on kaapin sisällä alimman hyllyn takaseinässä noin 1000 mm:n korkeudessa, jolloin tähänkin pistorasiaan toimija voi ulottua myös istualtaan. Kaapissa oleva pistorasia mahdollistaa partakoneen tai sähköhammasharjan lataamisen kaapissa oven takana. Peili (500 mm x 1100 mm) on kiinnitetty altaan yläpuolelle 900 mm:n korkeuteen. Tilasuunnitelman wc-tilan valaisimiksi on valittu kattoon upotettavat valaisimet, joissa on häikäisyä estävä lasi. Peilivalaisimena on peilin molemmille sivuille integroidut, koko peilin mittaiset kapeat valot, jotka eivät häikäise. Wc-tilassa vain kattovalaisin toimii liiketunnistimella. Koska liiketunnistin on kytketty vain kattovalaisimeen, on valaistusvoimakkuus pienempi kuin jos liiketunnistin olisi myös peilivalaisimessa. Näin voidaan ehkäistä ihmisen silmien häikäistyminen astuttaessa esimerkiksi yöllä pimeässä wc-tilaan. Wc-tilan valaisimien kytkimet ovat wc-tilassa wc:n oven vasemmalla puolella seinällä 900 mm-1100 mm:n korkeudella. Wc-tilassa on lisäksi kytkin, josta wc-, kylpy- ja saunatilan valot voidaan sammuttaa samalla kertaa.

Elinkaariasunnon tilasuunnitelman wc-istuimeksi on valittu korkeussäädettävä seinä-wc. Seinä-wc:ssä on lisäksi huuhtelu- ja kuivaustoiminto, jotka ovat molemmat säädettävissä. Wc-istuimen kannessa on jarrutoiminto. Seinä-wc jättää lattiatilan vapaaksi, jolloin siivous helpottuu. Seinä-wc on varustettu huuhtelupainikkeella, joka erottuu kontrastivärien avulla asennuskehiksestä. Painikkeet ovat 900 mm:n korkeudella. Seinälle wc-istuimen molemmin puolin voidaan tarvittaessa asentaa tukikaiteet, jotka ovat ylösnostettavat. Seinään kiinnitettävässä mallissa ei wc-istuimen taakse jää avustajalle tarkoitettua 300 mm tilaa, mutta wc-istuimen molemmille puolin jää avustustilaa.

4.2.3 Kylpyhuonetilat

Elinkaariasunnon tilasuunnitelman suihkuhanaksi on valittu helppokäyttöinen kaksiosainen hana, johon on selkeästi merkittynä lämpötilan säätösuunnat. Hanassa on turvallisuuden lisäämiseksi kuumavesirajoitin. Suihkutangoksi on valittu malli, jossa suihkupidikettä voidaan siirtää täydellisellä kämmenotteella, eikä sormien puristusvoimaa tarvita. Suihkutilan rakenteissa on otettu huomioon, että tilaan voidaan asentaa seinään kiinnitettävä suihkutuoli ja tukikaiteita. Käsijohteet asennetaan tarvittaessa 900 mm:n ja suihkutuoli 500 mm:n korkeuteen. Tällöin seinään kiinnitettävä suihkutuoli asennetaan suihkuhanan vasemmalla puolelle, jolloin hanan säätäminen oikealla kädellä on helppoa. Käsijohde asennetaan suihkuhanan alapuolelle ja pystykahva hanan vasemmalle puolelle seinälle, jolloin tuen ottaminen vasemmalla kädellä onnistuu hyvin suihkukahvan ollessa oikeassa kädessä. Suihkun välittömään läheisyyteen on asennettu tilava hylly shampoille ja pesuaineille. Alin hylly on 900 mm:n korkeudella.

Suihkutilassa valaisimena toimii kattoon upotettava valaisin, joka tuo hyvän valaistuksen. Suihkutilassa on lisäksi led-valot tunnelmaa luomassa. Valojen voimakkuutta voidaan säädellä kytkimellä portaattomasti. Suihkutilan valaisimien kytkimet ovat suihkutilassa suihkutilan oven vasemmalla puolella seinällä 900 mm–1100 mm:n korkeudella.

4.2.4 Saunatilat

Elinkaariasunnon tilasuunnitelman sauna on 2,5 neliötä, leveydeltään 1800 mm ja syvyydeltään 1400 mm. Saunan oven vapaa leveys on 805 mm, eikä siinä ole kynnystä. (Ks. Alasuutari 2010, 34.) Saunan ovi on lasinen ja siinä on musta tyylikäs tarrakalvokuvio, joka helpottaa oven hahmottamista ja siten myös turvallisuutta. Oven mittainen pystyvedin on mustaksi vahattua puuta, joten se erottuu hyvin ympäristöstä. Saunaan on sijoitettu yksi kiinteä laude sekä yksi seinälle nostettava laude, molemmat lauteet ovat 500 mm:n korkeudella ja 500 mm:n syvyisiä. Lauteet ja saunan seinäpaneelit ovat kuusi tuumaa leveää lautaa, koska niihin jää vähemmän rakoja ja puh-taanapito on helpompaa. Lisäksi kuusi tuumaa leveä laudelauta ja seinäpaneeli näyttävät ajattomammalta ja selkeälinjaisemmalta kuin perinteinen viisi tuumaa leveä laudelauta ja seinäpaneeli. Lauteiden reunat ovat pyöristetyt, eikä niissä ole kuumenevia metalliosia tai ruuveja.

Seinälle nostettavan lauteen ollessa ylös nostettuna, saunaan jää vapaata tilaa 1300 mm x 1300 mm, jolloin henkilö, joka saunoo saunaan sopivassa suihkutuolissa, voi sujuvasti kääntyä tilassa. Lauteiden ollessa 500 mm:n korkeudella on esimerkiksi saunaan sopivasta suihkutuolista lauteille istumaan siirtyminen helppoa. Tällöin lauteet ovat sopivalla korkeudella henkilöille, joilla on liikerajoituksia lonkissa tai polvissa. Lisäksi saunan lauteiden ollessa 500 mm:n korkeudella kaikkien käyttäjien turvallisuus lisääntyy, koska ylälauteille siirtymistä ei tarvita. Saunan lyhyemmän sivun lauteen leveys on 935 mm ja seinälle nostettavan lauteen pituus 1300 mm. Kun molemmat lauteet ovat ala-asennossa, saunan pitkällä sivulla on yhteensä 1800 mm laudetilaa, joka mahdollistaa pitkällään olon lauteilla. Saunan tummanruskeassa laattalattiassa on lattialämmitys ja laatoissa on luistamattomaksi käsitelty pinta. Saunan lauteet ovat kontrastiväriset suhteessa saunan lattian väriin. Näin lauteet on helppo hahmottaa, jolloin myös turvallisuus lisääntyy. Saunassa on puinen noin 1100 mm:n pituinen käsijohde oven oikealla puolella lyhyemmällä sivuseinällä. Käsijohde on asennettu 500 mm:n ja 900 mm:n korkeudelle lattiasta. Käsijohteet mahdollistavat turvallisen liikkumisen saunassa lauteille ja niiltä pois.

Saunan kiuas on vuolukivinen tasokiuas, josta löyly leviää tasaisesti koko saunaan, myös lähelle lattiaa. Tämä on tärkeää, koska kaikki lauteet ovat 500 mm:n korkeudessa. Tarvittaessa alakattoa voi laskea ja ilmanvaihtokanavien paikkoja muunnella. Kiuas on varustettu elektronisella ohjauspaneelilla, joka on asennettu kylpytilaan kylpytilan oven vasemman puoleiselle seinälle 900 mm–1200 mm:n korkeudelle. Ohjauspaneelin säätäminen on helpompaa kylpytilassa, jossa valaistus on parempi kuin saunassa. Kiukaan ja saunan lyhyemmän seinän väliin on jätetty 50 mm:n ja kiukaan ja lauteen väliin 230 mm:n suojaetäisyys. Kiukaan voi asentaa hieman ovelle päin, mutta kuitenkin niin, että 1300 mm x 1300 mm vapaa kääntymistila säilyy. Kiuas on suojattu puisella suojakaiteella, joka ulottuu lattiaan saakka. Suojakaide toimii lauteen kiukaaseen päin olevassa päädyssä käsinojana. Suojakaiteiden avulla voidaan ennaltaehkäistä esimerkiksi lasten tai suihkutuolissa saunovan henkilön palovammat, mutta samalla se lisää kaikkien saunojien turvallisuutta. Saunan lämpömittari on valaistu, jolloin lämpötilan lukeminen helpottuu. Saunan valaisin on upotettu kattoon, jolloin se ei häikäise. Lisäksi valaisin on suojattu puuritilällä tunnelman luomiseksi. Saunan valaisinkytkin on kylpytilassa kylpytilan oven vasemmalla puolella 900 mm–1100 mm:n korkeudella.

5 PROJEKTIN ARVIOINTI

5.1 Projektin arviointimenetelmät ja arvioijat

Projektin arvioinnissa otettiin huomioon projektille asetettujen tavoitteiden saavuttaminen, tilasuunnitelman laatukriteerien saavuttaminen sekä tilasuunnitelman ja projektityöskentelyn arviointi. Projektin tavoitteiden toteutumisen arviointi toteutettiin itsearviointin ja moniammatillisen työryhmän antaman palautteen perusteella. Vertaisarvioija antoi sekä suullisen että kirjallisen palautteen loppuraportista opinnäytetyön esittämisen yhteydessä. Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman ja palautelomakkeen (katso liite 5) lähetimme sähköpostitse Oulun Rakennusteho Oy:n varatoimitusjohtaja Jaakko Moilaselle, arkkitehti Juha Paanaselle, kaupungin rakennusvalvontaviraston arkkitehti Esa Kaupille, käyttäjänäkökulman edustaja Harri Hanniselle sekä Rovaniemen kaupungin toimintaterapeutti Anna-Liisa Ojalalle. Palautelomakkeella pyysimme palautetta tilasuunnitelmasta, laatukriteerien toteutumisesta sekä projektityöskentelystä. Kaikki viisi henkilöä, joille palautelomake lähetettiin, vastasivat palautteeseen. Palautteet analysoimme kirjaamalla monivalintavastaukset taulukkoon. Palautelomakkeen avoimet kysymykset kävimme läpi kohta kohdalta ja kirjasimme palautteet seuraaviin alalukuihin. Alaluvuissa arvioimme projektin tavoitteiden ja laatukriteerien saavuttamista, sekä tilasuunnitelmaa ja projektityöskentelyä.

5.2 Projektin tavoitteiden saavuttamisen arviointi

Projektin **tulostavoite** toteutui suunnittelemallamme tavalla. Tilasuunnitelmassa otimme huomioon erilaisia kaluste-, materiaali- ja värivalintoja sekä sähkötöitä ja valaistusta. Tilasuunnitelmasa on kuvia erilaisista kalustevalinnoista, jotka tukevat tekstiä. Tilasuunnitelman ratkaisut on suunniteltu yhdessä moniammatillisen työryhmän jäsenten kanssa yhteistyökokouksissa. Ratkaisussa on otettu huomioon työryhmän jäsenten näkemykset sekä taloudelliset ja lainsäädännölliset tekijät. Tilasuunnitelman ratkaisut ovat suunniteltu muuntuviksi Design for All -ajattelun mukaan. Tilasuunnitelmassa on korostettu erilaisten asukkaiden tarpeiden huomioon ottamista. Palautteen antajien mukaan tilasuunnitelma on muuntautumiskykyinen asiakkaan yksilöllisiä tarpeita ajatellen ja suunnittelu on tehty Design for All -ajattelun mukaisesti. Tilasuunnitelmassa on otettu huomioon asunnonmuutostöissä usein esille tulevia esteettömyysongelmia.

Projektille määritellään aina laatukriteerit. Laatuun vaikuttavat mm. tavoitteiden saavuttaminen, ohjausryhmältä saatu tuki sekä oppiminen ja työn kehittäminen projektin aikana. Laadukas tuote on kilpailukykyinen ja pystyy mainostamaan itseään. Laadukas tuote ei tuota paljoa korjaustarvetta tai kielteistä palautetta. (Jämsä & Manninen 2000, 127; Virtanen 2000, 165–166.) Laadunvarmistuksella pyritään estämään tuloksen poikkeavuudet asetetuista laatukriteereistä ja näin saavuttamaan asetetut laatuvaatimukset. Laatutoiminnan tulee olla ennakoivaa työskentelyä, josta kaikki projektiryhmän jäsenet ovat vastuussa. Laadun arvioinnin tarkoituksena on verrata laadunmittauksessa saatuja tuloksia asetettuihin laatuvaatimuksiin. Vertailun perusteella tehdään johtopäätökset tuotteen laadun onnistumisesta. (Jämsä & Manninen 2000, 130; Ruuska 2007, 235.)

Asetimme elinkaariasunnon wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelman **laatukriteereiksi asiakaslähtöisyyden ja luotettavuuden** (liite 1). Asiakaslähtöisyys on toimintaterapian yksi perusajatuksista ja se ottaa laatukriteerinä tilasuunnitelmassa huomioon tulevien asukkaiden erilaiset asumisen tarpeet (ks. Law ym. 1997, 31). Tilasuunnitelmassa on käytetty lähteinä kirjallisuutta ja tutkimustietoa, jotka takaavat tilasuunnitelman luotettavuuden. Tilasuunnitelmaa arvioidessamme huomasimme, että olisi ollut hyödyllistä asettaa kolmanneksi laatukriteeriksi tilasuunnitelman selkeys, jossa olisi otettu huomioon tilasuunnitelman ulkoasu. Olemme käsitelleet tässä luvussa tilasuunnitelman ulkoasun selkeyttä asiakaslähtöisyys ja luotettavuus -laatukriteerien jälkeen.

Asiakaslähtöisyys on toteutunut tilasuunnitelmassa niin, että tilasuunnitelma on kaikille asukkaille käytettävä Design for All -ajattelun mukaisesti. Tilasuunnitelman asiakaslähtöisyyden toteutumisen varmistimme käyttämällä tilasuunnitelman tekemisessä toimintaterapian kirjallisuutta ja tutkimustietoa sekä perehtymällä rakennuslainsäädäntöön. Toimintaterapian kirjallisuudessa asiakaslähtöisyys nähdään tärkeänä osana työskentelyä. Tilasuunnitelmassa on otettu huomioon asukkaiden yksilölliset tarpeet. (ks. Kielhofner 1995, 92–95.) Tilasuunnitelma on selkeä ja suunnittelijoiden käytettävissä, koska hyödynsimme suunnittelussa moniammatillisen työryhmän jäsenten tietoa ja kokemusta rakentamisesta ja yhdistimme sen toimintaterapian tutkimustietoon. Asiakaslähtöisyyttä on lisännyt saamamme ohjaus tuki- ja ohjausryhmältä. Lehtori Eliisa Niilekselän kanssa tekemämme Housing Enabler -ympäristön arviointi Oulun Rakennusteho Oy:n rivitaloasunnossa tuki osaltaan myös tilasuunnitelman asiakaslähtöisyyden toteutumista. Ympäristökartoituksen tuloksissa otimme huomioon eri käyttäjien toiminnallisen suoriutumisen tarpeet. Ym-

päristön arvioinnin ansiosta saimme selville wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelman tilojen keskeisimmät esteettömyysongelmat (ks. Iwarsson & Slaug 2008, 69.)

Erään palautteen antajan mukaan tilasuunnitelmassa on otettu hyvin huomioon asiakaslähtöisyys ja elinkaariasuminen. Hänen mielestään tilasuunnitelma on muuntautumiskykyinen asukkaiden yksilöllisten tarpeiden mukaan. Neljä viidestä palautteen antajasta oli sitä mieltä, että tilasuunnitelman tilat on suunniteltu kiitettävästi niin, että ne ovat kaikille käytettävät. Yhden palautteen antajan mukaan tämä toteutui hyvin. Kolmen palautteen antajan mielestä tilasuunnitelma on hyvin Oulun rakennusteho Oy:n hyödynnettävissä tulevaisuuden rakennushankkeissa. Yhden palautteen antajan mielestä tämä toteutuu kiitettävästi ja yksi palautteen antaja jätti vastaamatta kysymykseen.

Luotettavuus toteutui tuotteessamme koska noudatimme työssämme suunnittelua ja rakentamista koskevaa lainsäädäntöä ja toimintaterapian ammattieettisiä ohjeita sekä hyödynsimme toimintaterapian kirjallisuutta ja tutkimuksia (ks. Suomentoimintaterapeuttiliitto 2011, hakupäivä 17.5.2011). Olemme merkinneet tilasuunnitelman tekstiin ja kuviin lähteet, joista Oulun Rakennusteho Oy ja muut käyttäjät voivat varmistua lähteiden luotettavuudesta ja laadukkuudesta sekä hakeutua alkuperäisille lähteille. Olemme käyneet opinnäytetyötä ohjaavien opettajien ohjauksessa ja osallistuneet moniammatillisen työryhmän yhteistyökokouksiin, joten tuotteessa on hyödynnetty sekä opettajien että moniammatillisen työryhmän jäsenten asiantuntijuutta. Standardoidun ja tutkitun arviointivälineen Housing Enablerin tulosten hyödyntäminen tilasuunnitelman tekemisessä tuki sekä luotettavuuden että asiakaslähtöisyyden toteutumista tilasuunnitelmassa. Neljän palautteen antajan mukaan tilasuunnitelma sisältää asianmukaista ja luotettavaa tietoa kiitettävästi, yhden palautteen antajan mukaan hyvin. Palautteen antajista kolme oli sitä mieltä, että tilasuunnitelmassa on otettu huomioon suunnittelua ja rakentamista koskeva lainsäädäntö kiitettävästi ja kaksi sitä mieltä, että se toteutui hyvin.

Mielestämme tilasuunnitelman ulkoasun herättämä mielikuva on asiallinen (ks. Jämsä & Manninen 2000, 107). Tilasuunnitelma ulkoasu on selkeä, koska se noudattaa Oulun ammattikorkeakoulun opinnäytetyön kirjallisia ohjeita. Teksti on kirjoitettu selkeällä mustalla Arial Narrow -fontilla valkealle pohjalle. Tekstin helppolukuisuutta lisää leipätekstin 1,5 riviväli. Yläotsikot on boldattu ja kirjoitettu suuraakkosin, mikä jäsentää tekstiä hyvin. Alaotsikot erottuvat leipätekstistä boldauksen avulla. Kappaleiden sisällä olemme boldanneet keskeiset käsitteet, jonka avulla ne erottuvat selkeästi. Tilasuunnitelman tekstiä on havainnollistettu värillisten kuvien avulla. Kuvat tukevat mie-

lestämme tekstiä hyvin ja elävöittävät tilasuunnitelmaa. Kuvat erottuvat selkeästi sähköisessä muodossa, mutta tulostettaessa osa tilasuunnitelman kuvista on väreiltään haaleita ja hieman epäselviä.

Toiminnallisen tavoitteen toteutumista emme voi vielä tässä vaiheessa arvioida, koska Oulun Rakennusteho Oy:n tarkoituksena on hyödyntää tilasuunnitelmaa asuntojen suunnittelussa ja rakentamisessa tulevaisuudessa. Toivomme, että tulevaisuudessa asukkaat voivat hyötyä Rakennusteho Oy:n elinkaariajattelun mukaisesti rakentamista asuntojen wc-, kylpy- ja saunatiloista. Toimintaterapeutit ja toimintaterapeuttiopiskelijat voivat hyödyntää tilasuunnitelmamme teorianetoa ja tilasuunnitelman tilaratkaisuja työssään ja opinnoissaan sekä tarvittaessa hakeutua alkupe-
räisille lähteille, jotka olemme merkinneet asianmukaisesti tilasuunnitelmaan.

Neljän palautteen antajan mukaan tilasuunnitelmaa voidaan hyödyntää käytännön toiminnassa melko paljon ja yhden palautteen antajan mielestä erittäin paljon. Palautteiden mukaan tilasuunnitelmassa on erittäin laaja katsaus wc-, kylpyhuone- ja saunatilojen suunnittelun perusteisiin ja se voi olla hyvä apuväline yksityiskohtien tarkasteluun tai vaatimusten varmistamiseen suunnittelussa. Tilasuunnitelma antaa hyvän pohjan erilaisille pohjaratkaisuille, lisäksi materiaalit ja kalusteet on valittu huolella. Tilasuunnitelmaa voidaan hyödyntää uusien asuntojen suunnittelussa, koska käyttäjien, asiakkaiden ja viranomaisten palautetta kerättiin tehokkaasti ja se otettiin huomioon tilasuunnitelman tekemisessä. Tilasuunnitelmaa voi lisäksi hyödyntää käytännön työssä uusien asuntojen suunnittelussa ja tilaratkaisujen perustelussa. Tilasuunnitelmaa voi soveltaen hyödyntää myös asuntojen saneerauksissa. Erään palautteen antajan mukaan tilasuunnitelmassa on otettu huomioon käyttäjien yksilölliset tarpeet ja tilasuunnitelma on hyödynnettävissä eri käyttäjille.

Projektille asettamamme **oppimistavoitteet** toteutuivat. Työskentely moniammatillisessa työryhmässä oli hyvin mielenkiintoista ja opimme paljon dialogiin perustuvasta työskentelytavasta. Projektiosaamisemme on kasvanut ja kehittynyt opinnäytetyön tekemisen myötä. Kumpikaan meistä ei ollut aikaisemmin ollut mukana projekteissa, joten kokemus oli uusi ja opimme paljon projektivastaavan tehtävistä ja projektin vaiheista. Toimintaterapian tietoperustamme toiminnan analyysistä, ympäristön arvioinnista ja ihmisen toiminnan rajoitteista ja niiden vaikutuksesta toiminnalliseen suoriutumiseen vahvistui projektin myötä. Lisäksi teorianetomme esteettömyydestä ja elinkaariasumisesta on kasvanut paljon projektin aikana ja voimme hyödyntää tulevaisuudessa tätä tietoa myös työelämässä. Yhteistyökokouksissa esittelimme tilasuunnitelman ratkaisuehdotuksia

työryhmälle ja perustelimme niitä toimintaterapian näkökulmasta. Tämän taidon harjoittelu oli erittäin hyödyllistä, koska monet toimintaterapeutit työskentelevät työpaikkansa ainoana toimintaterapeutina, joten työn perustelutaidot ovat tärkeitä. Toimintaterapeutit kertovat työstään muiden ammattialojen edustajille perustelujen ja tulosten avulla. Erään palautteen antajan mukaan tilasuunnitelmassa tuli hyvin esille toimintaterapeutin tapa arvioida ja tarkastella asiakkaan toimintasuhteessa hänen ympäristöönsä. Tilasuunnitelman teoreettinen lähestymistapa oli selkeä ja teorian ja käytännön haasteet oli integroitu hyvin.

5.3 Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelman arviointi

Tässä alaluvussa arvioimme elinkaariasumisen mahdollistavan wc-, kylpy-, ja saunatilan tilasuunnitelman kaluste-, materiaali- ja tilaratkaisuja, jotka on kuvattu tilasuunnitelman luvussa neljä. Arvioimme tehtyjä ratkaisuja tilakohtaisesti. Ensin käsittelemme wc-tilan, seuraavaksi kylpytilan ja viimeiseksi saunatilan ratkaisut. Arvioinnin yhteydessä emme kuvaa tehtyjä ratkaisuja yksityiskohtaisesti, koska ne on kuvattu loppuraportin alaluvuissa 4.2.2, 4.2.3 ja 4.2.4. Olemme analysoineet ihmisen toimintaa wc-, kylpy- ja saunatilojen ratkaisujen pohdinnan yhteydessä. Tilasuunnitelman ratkaisut on valittu huolella moniammatillisen työryhmän keskustelujen pohjalta.

5.3.1 Wc-tilat

Wc-tilan ratkaisuja on havainnollistettu kalustekaavion avulla, jonka arkkitehti piirsi antamiemme ohjeiden mukaan. Kalustekaaviota täydennettiin ja korjattiin työskentelyn edetessä yhteistyökouksissa neuvoteltujen asioiden pohjalta. Kalustekaavioon on kuvattu määräysten ja suositusten mukaiset kalusteiden, pistorasioiden, valokytkimien ja peilien sijoituspaikat ja -korkeudet. Kalustekaavion kalusteiden sijoituspaikkojen ja -korkeuksien mitat löytyvät tilasuunnitelman tekstistä. Myös kalustekaavioon olisi ollut hyvä merkitä mitat, koska tällöin kalustekaaviota voisi käyttää sellaisenaan tilasuunnittelussa, kuten kalusteiden sijoituspaikkojen ja -korkeuksien tarkistamisessa. Lisäksi kalustekaavioon olisi ollut hyödyllistä nimetä esimerkiksi säilytyskalusteet. Mielestämme kalustekaavio on kuitenkin selkeä ja siitä on helposti havaittavissa kalusteiden mittasuhteet ja sijoitus, kuten esimerkiksi peilin sijoituskorkeus suhteessa pesualtaaseen. Wc-, kylpy- ja saunatiloista tehty 3D-mallinnos olisi auttanut tilaratkaisujen hahmottamisessa.

Wc-tilassa wc-istuimen takana ei ole avustamiseen tarkoitettua 300 mm:n tilaa, koska tällöin wc-istuimen eteen jäisi vain 700 mm vapaata tilaa. Analysoituamme avustajan toimimista tilassa, to-

tesimme, että 300 mm:n tila ei ole riittävä ergonomiseen avustamiseen. Wc-istuimen toisella sivulla oleva 1500 mm:n tila mahdollistaa henkilön sujuvan siirtymisen ja avustamisen esimerkiksi pyörätuolista wc-istuimelle. Nämä edellä kuvatut asiat vaikuttivat siihen, että päädyimme tilasuunnitelmassa seinä-wc:n valintaan. Seinä-wc:hen valitsimme myös pesu- ja huuhtelutoiminnon sekä korkeussäädettävyyden. Yhteistyökokouksessa keskustelimme kyseisen wc-istuinmallin olevan taloudellisesti hintava investointi. Kokouksessa päätimme kuitenkin valita kyseisen istuinmallin tilasuunnitelmaan, koska se on kaikille ihmisille sopiva ja sen toiminnot ovat muunneltavissa.

Wc-tilassa wc-istuimen oikeanpuoleisella seinällä on bidé-suihku ja -suihkuhana, joihin on ulottua wc-istuimelta. Päätimme säätää bidé-suihkuhanan veden lämpötilan vakioksi noin 37 asteeseen, koska sen yhteydessä ei ole allasta ja juoksuputkea. Valitsimme tilasuunnitelmaan wc-istuimen pesu- ja huuhtelutoiminnolla sekä bidé-suihkun. Näin asukas voi itse valita käytettävät toiminnot oman tottumuksensa ja toimintakyvynsä mukaan.

Wc-tilan pesuallasvaihtoehtoista keskustelimme yhteistyökokouksessa. Pesuallasvaihtoehtoja oli kaksi; tukikaiteellinen ja tukikaiteeton malli (ks. tilasuunnitelman alaluku 4.1.2). Päädyimme valitsemaan tukikaiteettoman mallin, koska sen matala rakenne jättää pyörätuolin käyttäjälle riittävästi polvitilaa ja työryhmän mielestä se oli esteettisempi vaihtoehto kuin tukikaiteellinen malli. Altaan viemäriputken päätimme koteloida huomaamattomasti seinään. Myös tasoon upotettu allas viimeisteltiin tasoon kiinnitetyllä listalla, jolloin altaan alaosa ei näy edestäpäin katsottuna. Mielestämme onnistuimme tilasuunnitelmassa yhdistämään hyvin määräysten mukaiset mitat, kaikille käyttäjille sopivuuden ja esteettisyyden. Pesuallashanan valinnan yhteydessä huomasimme markkinoilla olevan runsaasti kapea- ja pyöreävipuisia hanoja, joiden käyttö voi olla vaikeaa. Useista hanoista puuttui myös selkeät merkinnät veden lämpötilan vaihtosuunnista. Neuvoteltuamme yhteistyökokouksessa hanamalleista, valitsimme tilasuunnitelmaan varsiosaltaan perinteistä pesuallashanaa pidemmän mallin, jossa on myös leveä vipuosa ja värilliset merkinnät veden lämpötilan vaihtosuunnista.

Wc- ja kylpy- ja saunatiloissa lattia ja seinämateriaalien valintaan vaikuttivat niiden esteettisyys ja toimivuus. Tummanruskeat lattialaatat ja valkeat seinälaatat muodostavat tyylikkään kokonaisuuden. Näitä värejä käytimme kontrastiväreinä, jotta kalusteet erottuvat taustasta. Yhteistyökokouksessa lattialaataksi valittiin 100 mm x 100 mm laattakoko yksimielisesti. Lattiassa oleva lattialämmitys on mielestämme hyvä ratkaisu, koska lattia kuivuu nopeasti eikä jää liukkaaksi. Mielestämme

tämme onnistuimme myös seinälaatan valinnassa, koska mattapintainen valkoinen seinälaatta ei häikäise, eivätkä kalkkipitoisen veden roiskeet kuivuessaan näy yhtä selvästi kuin kiiltäväpintaissa laatassa. Lisäksi valitsimme seinälaatan asennettavaksi vaakasuunnassa, jolloin tilaan tulee avaruuden ja tilan tuntua.

5.3.2 Kylpyhuonetilat

Suihkuhanaksi valitsimme helppokäyttöisen kaksiosaisen hanan. Ehdotimme suihkuhanaksi vipuhanaa, jonka käyttö vaatisi yhden käden käyttöä, jota myös lähdekirjallisuudessa suositellaan (ks. Esteetön rakennus ja ympäristö 2007, 47). Yhteistyökokouksissa tuli kuitenkin esille kaksiosaisen hanan olevan parempi vaihtoehto, koska veden lämpötilaa on turvallisempi säätää. Käyttäjänäkökulman edustajan mukaan vipuhanassa veden lämpötila saattaa vaihtua silloinkin, kun tarkoituksena on säätää vain suihkun voimakkuutta. Valitsimme tilasuunnitelmaan kaksiosaisen hanan, jossa on selkeästi merkitty veden lämpötilan vaihtosuunnat.

Yhteistyökokouksissa keskustelimme suihkutankovaihtoehtoista. Suihikutangoksi valitsimme helppokäyttöisen mallin, jossa suihkutelineen korkeudensäätömekanismia säädetään kämmenotteella. Yleisesti markkinoilla oleviin suihkutankojen säätömekanismeihin tarvitaan sormien puristusvoimaa. Valitsemamme vaihtoehto oli mielestämme onnistunut, koska se sopii kaikille käyttäjille ja etenkin lapsille. Suihkukahvaksi käyttäjänäkökulman edustaja suositteli mallia, jota ei ole asennettu kiinteästi seinään, kuten esimerkiksi markkinoilla olevat ns. vesisadesuihkut. Valitsimme perinteisen mallisen suihkukahvan, jota voi vapaasti liikutella pesutilanteessa.

Yhteistyökokouksissa keskustelimme siitä, että suihkutilan seinärakenteissa on otettava huomioon, että tilaan voidaan tarvittaessa asentaa tukikaiteita ja -kahvoja. Tilasuunnitelmaan on kirjattu tukikaiteiden ja -kahvojen sekä suihkutuolin sijoituspaikat ja korkeudet. Tilasuunnitelmaan olisi ollut hyödyllistä liittää myös kuva, josta olisi selkeästi käynyt ilmi kyseiset sijoituspaikat ja -korkeudet.

5.3.3 Saunatilat

Yhteistyökokouksessa käsitelimme kahta saunatilavaihtoehtoa. Ehdotimme saunatilaksi laverimallista saunaa, jossa keskimäinen laude on koko saunatilan levyinen ja jonka päälle sijoitetaan kaksi laudetta istuinpenkeiksi. Työryhmän mukaan laverimallinen sauna olisi liian vaikea pi-

tää siistinä. Tilasuunnitelman saunan lauteet suunnittelimme kauttaaltaan 500 mm:n korkeuteen. Lisätilan saamiseksi osa lauteista on mahdollista nostaa ylös, näin tilaa jää 1300 mm x 1300 mm myös suihkutuolilla kääntymiseen. Saunatilan pohjakuvaan on selkeästi merkitty kiinteiden kalusteiden sijainnit sekä leveys-, syvyys- ja korkeusmitat. Pohjakuvaan olisi ollut hyvä merkitä näkyviin myös tukikaiteiden sijainti ja korkeus. Mielestämme onnistuimme saunatilan suunnittelussa ottamaan huomioon kaikki käyttäjät yhdenvertaisesti sekä säilyttämään tilan esteettisyyden. Erään palautteen antajan mielestä olimme onnistuneet suunnittelemaan saunatilan innovatiivisesti.

Saunan valaisimeksi valitsimme ritalällinen kattovalaisimen, joka ei häikäise. Erään palautteen antajan mukaan hyvä vaihtoehto saunan valaisimeksi olisi epäsuora seinävalaisin, joka toimii hyvin esteettömyyden näkökulmasta, koska se valaisee pinnan ja tuo hyvin esille pinnanmuodot. Lisäksi epäsuora valaisin olisi esteettisesti hyvä ratkaisu. Erästä palautteen antajaa jäi mietityttämään onko saunatilan vapaa 1300 mm:n pyörähdysympyrä riittävä. Könkkölän (2000, 17) mukaan saunatila tulee suunnitella niin tilavaksi, että siellä mahtuu kääntymään suihkupyörätuolilla. Vapaata lattiapinta-alaa tulee olla vähintään 1300 mm x 1300 mm. Uimahalleihin, kylpylöihin ja kuntoutuslaitoksiin tarkoitettujen saunatilojen vapaan leveyden tulee olla 1500 mm x 1500 mm (Esteetön rakennus ja ympäristö 2007, 48). Koska tilasuunnitelman saunan suurin mahdollinen leveys voisi olla enintään 1400 mm, ei 1500 mm:n vapaa leveys ole käytännössä mahdollinen. Päädyimme ratkaisuun, joka on kuvattu alaluvussa 4.2.4.

5.3.4 Projektityöskentelyn arviointi

Projektin sujuva toimiminen edellyttää jäsenten välistä vuorovaikutusta muun muassa erilaisten kokousten muodossa. Kokouksissa käsiteltäville asioille täytyy varata riittävästi aikaa, mutta kokousten tuloksellisuuteen ja tehokkuuteen tulee silti kiinnittää huomiota. Kokouksen tavoite määrää, keitä paikalle tarvitaan asioiden eteenpäin viemiseksi. Kokouksissa keskustellaan ja tehdään projektia koskevia ratkaisuja ja päätöksiä. Projektipäällikön on hyödyllistä kirjoittaa kokouksista muistioita, joihin kirjataan ylös kokouksissa sovitut asiat ja lyhyet kuvaukset esille tulleista näkökohdista (Ruuska 2007, 157–159.)

Tiedotimme moniammatillisen työryhmän jäseniä kokouksista sähköpostitse. Kokouskutsussa varmistettiin myös kaikkien kutsuttujen jäsenien paikalle pääsy. Kaikki työryhmän jäsenet eivät osallistuneet jokaiseen kokoukseen, vaan paikalla olevat henkilöt määräytyivät kokouksessa käsi-

teltävän aiheen mukaan. Ruuskan (2007, 159) mukaan kokouksessa, jossa on tarkoitus tehdä päätöksiä, kutsutaan mukaan henkilöitä, joilla on tähän riittävät valtuudet tai joilla on jotakin sanottavaa käsiteltävästä asiasta. Yhteistyökokoukset olivat pääsääntöisesti kahden tunnin kestoisia ja kokoukset aloitettiin aina täsmällisesti ja lopetettiin viimeistään silloin, kun kokoukselle varattu aika oli käytetty. Rajasimme kokouksessa käsiteltävät aiheet koskemaan 2-3 asiaa/kokous. Ennen kokousta lähetimme sähköpostitse työryhmän jäsenille esityslistan, johon olimme kirjanneet kokouksessa käsiteltävät asiat. Jokaisessa kokouksessa valitsimme puheenjohtajan sekä sihteerin, joka kirjasi kokouksessa sovitut asiat. Kokouksen jälkeen sihteeri kirjoitti muistiot puhtaaksi ja lähetti ne eteenpäin työryhmän jäsenille. Muistioon kirjattiin päivämäärä, kokouksen läsnäolijat, käsitellyt asiat, tehdyt päätökset sekä seuraavan kokouksen ajankohta. (ks. Ruuska 2007, 158–161.)

Projektissa työskenteleminen oli meille molemmille uusi kokemus. Mielestämme yhteistyö työryhmän jäsenten välillä toimi hyvin ja tunsimme, että työryhmän jäsenet olivat kiinnostuneita tilasuunnitelman laatimisesta. Vahvuuksiamme projektityöskentelyssä oli työryhmän jäsenten aito kuunteleminen ja pyrkimyksemme ottaa huomioon heidän ehdotuksensa ja mielipiteensä tilasuunnitelmasta mahdollisuuksien mukaan. Osasimme olla myös tarvittaessa joustavia omissa mielipiteissämme, mutta pidimme tärkeänä sitä, että perustelimme valintojamme toimintaterapian teorian ja toiminnan analysoinnin kautta. Rohkeutemme perustella valintoja kasvoi projektin aikana ja hyödynimme siitä varmasti tulevaisuudessa.

Työryhmän palautteen mukaan projektiyhteistyömme sujui hyvin rakentavien keskustelujen ja erilaisten näkökantojen kuuntelun kautta. Eri alan asiantuntijoiden mielipiteitä kuunneltiin ja onnistuimme yhdistämään tilasuunnitelmassa erilaisia intressejä, joita työryhmän jäsenillä oli. Saimme kiitosta myös siitä, että kyselimme epäselvistä asioista rohkeasti ja työskentelymme oli omatoimista ja kypsää. Erään palautteen antajan mukaan opinnäytetyömme kehittyi valtavasti projektin aikana. Palautteen mukaan osasimme ottaa työryhmän jäsenten palautteen vastaan ja hyödyntää sitä tilasuunnitelman tekemisessä.

Projektin kustannukset (liite 4) toteutuivat pääosin suunnitelman mukaisesti. Markkinointiin ja matkakuluihin emme olleet suunnitelleet kustannuksia, mutta syksyllä 2010 matkakustannuksia tuli 30 €. Puhelinkustannuksia ei tullut, koska pidimme yhteyttä työryhmän jäseniin sähköpostitse. Materiaalikustannukset ylittyivät muutamalla eurolla kevätlukukausien aikana. Työtuntimäärät ylit-

tyivät suunnitelluista tunteista jokaisella lukukaudella, mutta ne eivät tuoneet projektiin todellisia kustannuksia, koska opiskelijoina emme saa palkkaa työskentelystä projektissa.

Projektin aikana olemme saaneet ohjausta tekstin sisällöstä, ulkoasusta ja kirjallisen työn muotoilusta ohjausryhmään kuuluvilta lehtoreilta Eliisa Niilekselältä ja Milja Ruokamolta. Suomen kielen ja viestinnän lehtori Tuula Koski on ohjannut tilasuunnitelman tekstiä. Vertaisarvioijiltamme olemme saaneet arvokasta arviointia ja ohjausta valmistavan seminaarin, projektisuunnitelman sekä tilasuunnitelman ja loppuraportin esittämistilaisuuksissa. Yhteistyökokouksissa moniammatillisen työryhmän jäsenet ovat antaneet palautetta tuotteen ratkaisuihin tilasuunnitelman tekemisen aikana.

Etenimme projektissa suunnittelemiemme päätehtävien mukaisesti. Aiheeseen perehtyminen vei meiltä odotettua enemmän aikaa. Esteettömyyden ja elinkaariasumisen ymmärtäminen ilmiönä vaati meiltä syvällistä perehtymistä aiheeseen. Ilmiön jäsentäminen ja yhdistäminen toimintaterapian tietoperustaan oli meille haasteellista varsinkin projektin alkuvaiheessa. Valmistavasta seminaarityöstä oli meille paljon hyötyä tilasuunnitelman ja loppuraportin viitekehyksen laadinnassa. Projektisuunnitelman tekemisen kautta meille konkretisoitui projektin päätehtävät ja aikataulu. Projektisuunnitelman yhteydessä tehtyä tehtäväluettelolomaketta päivitimme projektin edetessä. Tehtäväluettelolomakkeen laadinnasta oli apua loppuraportin kirjoittamisessa. Tuoteosuuden toteutusta olemme kuvanneet luvussa 4 ja arviointia alaluvuissa 5.2 ja 5.3. Projektin päättämisen vaiheessa kirjoitimme loppuraportin, jossa toimintaterapian tietoperusta yhdistyi Design for All -ajatteluun elinkaarisuunnittelussa. Aikataulullisesti myöhästyimme projektin päättämisessä neljä kuukautta. Myöhästymiseen vaikuttaneita tekijöitä olivat ajankohdat, kuten työharjoittelu ja kesätyöt, jolloin emme aktiivisesti edenneet välituloksien tekemisessä. Otimme huomioon projektin viivästymisen mahdollisuuden jo projektisuunnitelmaa tehdessämme. Huomattuamme aikataulun viivästymisen, varasimme opinnäytetyön valmistumiselle joustoaikaa kesään 2011 asti.

6 POHDINTA

Esteettömyys ja elinkaariajattelu ovat nousseet ajankohtaisiksi aiheiksi viime vuosina. Tämä opinnäytetyö on yksi osoitus aiheen tärkeydestä. Oulun seudun ammattikorkeakoulun toimintaterapeuttiopiskelijat ovat tehneet yhteensä neljä opinnäytetyötä yhteistyössä Oulun Rakennusteho Oy:n kanssa liittyen esteettömään rakentamiseen ja elinkaariajattelun kehittämiseen. On hienoa huomata, että useat suunnittelu- ja rakennusalojen asiantuntijat ovat alkaneet kiinnittää yhä enemmän huomiota suunnittelussa ja rakentamisessa tilojen toimivuuteen ja ihmisen toimintakykyyn.

Suomalaisessa yhdyskuntasuunnittelussa ihmisille pyritään tarjoamaan omia toiveita ja tulotasoa vastaavaa asumista. Kuitenkin tarjonta on yhä painottunut liiaksi suunnittelu- ja tuotantolähtöisyyteen. Asumiseen tarvittaisiin lisää joustavuutta ja muutosmahdollisuuksia. Suomessa on suuri lukumäärä ihmisiä, jotka tahtoisivat valtavirrasta poikkeavan asumisratkaisun. Asukkaille ei kuitenkaan juuri anneta sanavaltaa yleisessä asuntosuunnittelussa ja -rakentamisessa. (Juntto 2010, 7; Lapintie & Hasu 2010, 152, 175.) Pikkaraisen (2007, 44) mukaan esteettömyyttä tarkastellaan yleisesti rakentamisessa ja arkkitehtuurissa objektiivisista ja teknisistä lähtökohdista käsin, mitattavien muuttujien, kuten kulkuväylien leveyksien ym. kautta. Objektiivinen esteettömyys perustuu yleisiin esteettömyyssohjeisiin ja rakennuslainsäädäntöön, jolloin käyttäjien yksilöllisiä tarpeita ei oteta riittävästi huomioon. Esteettömässä rakentamisessa ja suunnittelutyössä on otettava enemmän huomioon subjektiivinen käyttäjänäkökulma, koska viimekädessä esteettömyyden todellinen asiantuntija on käyttäjä.

Toivomme, että elinkaariajattelu tulee yleistymään tulevaisuudessa yhä enemmän. Suomessa on 2000-luvulla syntynyt uudentyyppisiä ajatuksia ja näkökulmia hyvästä ja toimivasta asuin- ja elinympäristöstä. Taustaideologina voidaan nähdä suomalaisen ikä- ja sosiaalipolitiikan tavoitteena oleva kansalaisten kotona asumisen mahdollistaminen mahdollisimman myöhäiseen ikään, ikääntyvien suhteellisen osuuden kasvu väestössämme sekä erilaisten ympäristöjen soveltuvuus kaikille ihmisille. Tällöin päivittäiset toiminnot sekä tilojen käyttömahdollisuudet ja rakenteelliset ratkaisut sopivat kaikille käyttäjille niiden ollessa esteettömästi saavutettavissa. Näin ollen erilaisiin ympäristöihin kohdistuvat vaateet tulee ottaa käsittelyyn niin kaavoituksessa, rakentamises-

sa, palveluiden tuottamisessa, liikenteessä, ihmisten kohtaamisessa kuin ammatillisessa osaamisessa. (Salonen 2009, 71.) Opinnäytetyömme avulla olemme voineet omalta osaltamme vastata näihin vaateisiin suunnittelemalla moniammatillisen työryhmän avulla kaikille käyttäjille sopivia ja elinkaaren mukaan muuntuvia wc-, kylpy- ja saunatiloja Desing for All -ajattelun mukaisesti. Väestön ikääntymisen huomioon ottaen on erittäin tärkeää lisäksi havahtua siihen, kuinka paljon asuntojen elinkaarisuunnittelulla voidaan säästää tulevaisuuden muutostöissä sekä taata ikääntyneille paremmat edellytykset asua omassa kodissaan pidempään. Nykyisin ikääntyneiden hoito suunnataan yhä enemmän kotona tapahtuvaksi, joten elinkaariasuminen tukisi myös tämän hoitomuodon toteuttamista.

Toimintaterapeuttien ammattiosaamista voidaan hyödyntää paljon nykyistä laajemmin erilaisissa projekteissa. Toimintaterapian koulutus antaa monipuoliset mahdollisuudet työskennellä erilaisissa työtehtävissä ja erilaisten asiakasryhmien kanssa. Tähän asti toimintaterapeutit ovat osallistuneet lähinnä asunnonmuutostöiden suunnitteluun ja toteutukseen. Toimintaterapeuteilla on vahvat valmiudet osallistua ympäristön ja rakennusten suunnitteluun yhdessä rakennuttajien ja suunnittelijoiden kanssa. Toiminnan ja ympäristön analysoinnin taidon ja ihmisen toimintakyvyn asiantuntijuuden sekä Desing for All -ajattelun ymmärtämisen vuoksi toimintaterapeutin asiantuntijuus on välttämätöntä moniammatillisessa työryhmässä.

Projekti on ollut meille kuin pitkä kahden vuoden pituinen opintojakso. Ennen projektin alkua meillä oli toimintaterapian tietoperusta ihmisen toimintakyvystä ja siihen vaikuttavista tekijöistä sekä toiminnan ja ympäristön arvioinnista, analyysistä ja adaptaatiosta. Esteettömyyttä olimme opiskelleet fyysinen ympäristö ja apuvälineet -opintojaksolla. Projektiin osallistuminen kiinnosti meitä erityisesti siitä syystä, että tilasuunnitelmalla on tarkoitus ja se voi tulevaisuudessa auttaa suunnittelijoita ja rakennuttajia ottamaan huomioon muunneltavuuden ja esteettömyyden wc-, kylpy- ja saunatiloissa. Suunnittelijoiden ja rakennuttajien kautta voimme siis välillisesti vaikuttaa myös asuntojen tulevien asukkaiden elämänlaatuun. Projektityöskentely on ollut meille molemmille myös uusi kokemus. Koemme oppineemme paljon projektin suunnittelusta, projektin rakenteesta ja siitä, kuinka tärkeää on määritellä jo suunnitteluvaiheessa projektin laatuksiteerit ja tavoitteet.

Projektityöskentelyssä olemme toimineet vastuuntuntoisesti ja toimintaterapian ammattieettisten ohjeiden mukaan asiakasta kunnioittaen. Projektiorganisaatioon olemme kirjanneet kaikkien projektissa mukana olleiden henkilöiden nimet. Lisäksi olemme kuvanneet projektiorganisaation tuki- ja ohjausryhmään kuuluvien henkilöiden roolit projektissa loukkaamatta kuitenkaan heidän yksi-

tyisyyttään. Palautteen antajien arvioinnit olemme käsitelleet tekstissä anonymisti. Tilasuunnitelmassa ja loppuraportissa olemme selkeästi merkinneet käyttämämme lähteet tekstiin ja kuviin.

Opinnäytetyön tekeminen parityönä onnistui meiltä hyvin. Erittäin suuri merkitys oli sillä, että kykenimme jakamaan vastuuta ja ajatuksia keskenämme. Kaksi ihmistä tuo työhön kaksi erilaista näkökantaa, erilaisia ideoita ja erilaista osaamista. Yhteistyö projektin aikana on ollut tiivistä ja tärkeäksi asiaksi huomasimme sen, että osasimme myös antaa tarvittaessa toiselle tilaa tehdä työtä itsenäisesti. Tapasimme toisiamme myös vapaa-ajalla, jolloin emme tietoisesti keskustelleet projektiin liittyvistä asioista. Tämä auttoi meitä ylläpitämään ystävyyssuhdettamme ja irtautumaan välillä projektiryhmän jäsenten rooleista.

Elinkaariasunnon wc-, kylpyhuone- ja saunatilojen tilasuunnitelman tekijänoikeudet jäävät meidän käyttöömme. Tuotteen käyttöoikeudet ovat myös ohjaavalla opettajallamme Eliisa Niilekselällä. Oulun rakennusteho Oy saa projektin asettajana tuotteen levitys- ja esitysoikeudet käyttöönsä. Käytimme tuotteessa ja loppuraportissa sekä ulkomaisia että kotimaisia lähteitä ja hyödynsimme tiedonhaun apuna ammattikorkeakoulun kirjaston elektronisia aineistoja. Pyrimme löytämään uusia julkaisuja ja onnistuimme siinä hyvin. Sähköisistä lähteistä varmistimme, että ne ovat asianmukaiset ja luotettavat. Toimintaterapiakirjallisuus ja -tutkimukset olivat pääosin englanninkielisiä ja tekstien asianmukainen ja kielellisesti sujuva suomentaminen oli ajoittain haastavaa. Meille oli kuitenkin apua siitä, että olimme tottuneet käyttämään ulkomaisia lähteitä toimintaterapiaopintojen alusta saakka. Toimintaterapeuttien ammattiosaamisesta asunnonmuutostöissä ja ympäristön arvioinnissa löytyi runsaasti sekä kotimaista että ulkomaista tietoa, mutta toimintaterapeuttien osallisuudesta asunnon suunnitteluun oli vielä melko niukasti tietoa tarjolla. Esteettömyydestä löytyi myös paljon kirjallisuutta mutta elinkaariasumisesta ei käsitteenä juurikaan vielä löytynyt. Käsitteiden Design for All ja Universal Design avulla löysimme kuitenkin elinkaariasumista vastaavaa tietoa. Esteetöntä rakentamista koskevassa kirjallisuudessa huomasimme olevan joitakin suosituksia, jotka eivät käyttäjän kannalta olleet toimivia ratkaisuja (ks. alaluku 5.3.2).

Esteettömyyttä koskevia opinnäytetöitä on tehty asunnon sisä- ja ulkotiloihin liittyen. Piha-alueen suunnittelu kaikille käyttäjille sopivaksi voisi olla hyvä projektityön kohde. Jatkotutkimusehdotuksena voisi mielestämme olla myös laadullinen tutkimus siitä, miten Design for All -ajattelun mukaisesti suunnitellussa asunnossa asuminen vaikuttaa asukkaan elämänlaatuun ja toiminnalliseen suoriutumiseen. Tutkimuksessa tutkittaisiin ihmisiä ja heidän kokemuksiaan Design for All -ajattelun mukaisessa asunnossa asumisesta.

LÄHTEET

Alasuutari, M. 2010. Toiminnallista suoriutumista tukeva elinkaariasunto. Oulun seudun ammatti-korkeakoulu. Toimintaterapian koulutusohjelma. Oulu: Opinnäytetyö.

Ara 2010. Asumisen mallimaa, elämäнкаari. Hakupäivä 17.1.2011

<http://www.ara.fi/default.asp?node=1525&lan=FI>

Arthanat, S. Nochajski, S. M. Lenker, J. A, Bauer, S. M. & Wu, Y. W.B. 2009. Measuring Usability of Assistive Technology From a Multicontextual Perspective: The Case of Power Wheelchairs. The American Journal of Occupational Therapy. Vol 63 (6), 751–764.

Aura, S., Horelli, L. & Korpela, K. 1997. Ympäristöpsykologian perusteet. Porvoo: WSOY.

Crepeau, E.B., Cohn, E.S & Boyt Schell, B.A. 2009. Contemporary Occupational Therapy Practice in the United States. Teoksessa Crepeau, E.B., Cohn, E.S. & Boyt Schell, B.A. (toim.) Willard & Spackman`s Occupational Therapy. 11. painos. Philadelphia: Lippincot Williams & Wilkins.

Esteetön rakennus ja ympäristö 2007. Turvallinen toimia ja liikkua. Suunnitteluopas. Helsinki: Rakennustieto Oy.

Esteetön 2010. Ajankohtaista, artikkelit ja puheenvuorot, elämäнкаaren kestävää asumista, Kirsi Pesola, Invalidiliiton esteettömyysprojekti. Hakupäivä 12.1.2011

http://www.esteeton.fi/portal/fi/ajankohtaista/artikkelit_ja_puheenvuorot/elamankaaren_kestavaa_asumista/.

Hagedorn, R. 2000. Tools for Practise in Occupational Therapy: A Structured Approach to Core Skills and Processes. Edinburgh: Churchill Livingstone.

Hagedorn, R. 2001. Foundations for Practice in Occupational Therapy. 3.painos. Edinburgh: Churchill Livingstone.

Hagedorn, R. 2002. Tools for Practise in Occupational Therapy: A Structured Approach to Core Skills and Processes. Edinburgh: Churchill Livingstone.

Hammel, K.W. 2003. Changing Institutional Environments to Enable Occupation Among People With Severe Physical Impairments. Teoksessa L. Letts, P. Rigby & D. Steward (Toim.) Using Environments to Enable Occupational Performance. Thorofare: Slack Incorporated, 35–53.

Harra, T. 2003. Toimintaterapianimikkeistön teoreettiset lähtökohdat. Teoksessa T. Holma (toim.) Toimintaterapianimikkeistö. Helsinki: Suomen Kuntaliitto, 16–21.

Harra, T. & Salminen, A-L. 2005. Toimintaterapia tänään ja huomenna. Teoksessa T. Joutsivuo (toim.) Mistä TOI on tullut? Helsinki: Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry, 200–209.

Heikkinen, E. & Rantanen, T. 2003. Gerontologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Hännikäinen, H. 2009. Esteetön toiminta ja osallistuminen osana hyvinvointia. Teoksessa: Tanskanen, I. & Suominen-Romberg, T. (toim.) Esteettömästi saavutettavissa. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 82. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 59–70.

Invalidiliitto 2006. Esteettömyystiedon keskus Internetissä. Tieto-osio. Lainsäädäntö. Esteettömyyteen liittyvää lainsäädäntöä. Hakupäivä: 6.4.2010,
<http://www.invalidiliitto.fi/portal/esteeton.fi/fi/tieto-osio/lainsaadanto/>.

Invalidiliitto 2009. Rakennetun ympäristön esteettömyyskartoitus, opas kartoituksen tilaajalle ja toteuttajalle. Hakupäivä 8.4.2010,
http://www.invalidiliitto.fi/attachments/esteettomyysopas_low.pdf.

Iwarsson, S. & Slaug, B. 2008. Housing Enabler. Arviointiväline asumisen esteettömyysongelmien arviointiin ja analysointiin. Lund: Veten & Skapen HB & Slaug data management AB.

Jacobsen, S. & Pirinen, A. 2010. Esteettömän asumisen edelläkävijät. Teoksessa Juntto, A. (toim.) Asumisen unelmat ja arki. Helsinki: Gaudeamus, 205–236.

Jokiniemi, J. 1998. Toimiva ympäristö jokaiselle. Heikkonäköiset henkilöt arvioimassa rakennettua ympäristöä. Otaniemi: Teknillinen korkeakoulu.

Juntto, A. 2010. Mitä on erilaistuva asuminen. Teoksessa Juntto, A. (toim.) Asumisen unelmat ja arki. Helsinki: Gaudeamus.

Jämsä, K. & Manninen, E. 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.

Karlsson, Å. & Marttala, A. 2001. Projektkirja: onnistuneen projektin toteuttaminen. Helsinki: Kauppakaari.

Kielhofner, G. 1995. A Model of Human Occupation: Theory and Application. Second Edition. Baltimore: Lippicott Williams & Wilkings.

Kielhofner, G. 2002. A Model of Human Occupation: Theory and Application. Third Edition. Baltimore: Lippicott Williams & Wilkins.

Kramer, P. & Hinojosa, J. 1999. Theoretical Basis of Evaluation. Teoksessa J. Hinojosa & P. Kramer. Evaluation: Obtaining and Interpreting Data. Bethesda: The American Occupational Therapy Association.

Kyllönen, E. & Kurenniemi M. 2003. Asunto ja elämänkaari. Katsaus asumisen laatua koskevaan tutkimukseen. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.

Kynnys Ry 2010. Nykyinen asuntokanta vammaisten ja vanhusten kannalta toivotonta. Hakupäivä: 18.1.2010. <http://www.kynnys.fi/content/view/223/186/>.

Könkkölä, M. 2000. Liikkumisesteetön sauna. Helsinki: Invalidiliitto.

Lapintie, K. & Hasu, E. 2010. Asumisen monet kulttuurit. Teoksessa Juntto, A. (toim.) Asumisen unelmat ja arki. Helsinki: Gaudeamus, 151–176.

Launiainen, H. & Lintula, L. 2003. Toimintaterapia ja toimintaterapeutit. Teoksessa T. Holma (toim.) Toimintaterapianimikkeistö. Helsinki: Suomen Kuntaliitto, 7–9.

Law, M., Polatajko, H., Babbitt, S. & Townsend, E. 1997. Core Concepts of Occupational Therapy. Teoksessa E. Townsend (toim) Enabling Occupation: an occupational therapy perspective. Ottawa: CAOT Publication ACE.

Lehtola, S. 2002. Ikäihmisen asuinympäristö turvallisesti. Hyvien käytäntöjen opas kaatumisen ehkäisyyn. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.

Letts, L., Moreland, J., Richardson, J., Coman, L., Edwards, M., Martin Ginis, K., Wilkins, S. & Wishart, L. 2010. Physical environment as a fall risk factor in older adults: Systematic review and meta-analysis of cross-sectional and cohort studies. Australian Occupational Therapy Journal 2010. Vol 57 (Special Issue), 51–64.

Liedes, M. 2003. Rakentaminen pyörätuolia käyttävälle henkilölle. Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Rakennetun ympäristön hyvinvoinnin koulutusohjelma. Oulu: Opinnäytetyö.

Löf, M. 2002. Onnistunut projekti. Projektijohtamisen ja -suunnittelun käsikirja. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Maankäyttö- ja rakennusasetus 10.9.1999/895.

Maankäyttö- ja rakennusasetus 5.2.1999/132.

McKenna, K., Liddle, J., Brown, A., Lee, K. & Gustafsson, L. 2009. Comparison of time use, role participation and life satisfaction of older people after stroke with a sample without stroke. Australian Occupational Therapy Journal 2009. Vol 56 (3), 177-188.

Mackey, H. & Nancarrow, S. 2006. Enabling Independence. A Guide for Rehabilitation Workers. Oxford: Blackwell.

Mäntylä, H. 2007. ”Paras ratkaisu löytyy aina silloin, kun uusi ihminen on sitä suunnittelemassa”. Kokemuksia asunomuutostöistä Ilmajoella. TEHO 2007 (3), 15–17.

Mäntylä, H. 2009. Senioriasumisen haasteet. TEHO 2009 (3), 28–30.

Pikkarainen, A. 2007. Ympäristö. Teoksessa Lyyra, T-M., Pikkarainen, A. & Tiikkainen, P. (toim.) Vanheneminen ja terveys. Tampere: Edita Publishing Oy.

Rigby, P., Stark, S., Letts, L. & Rignaert, L. 2009. Physical Environments. Teoksessa E. B. Crepeau, E.S. Cohn & B.A. Boyt Schell. Occupational Therapy. Eleventh edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 820–849.

Rigby, P. & Letts, L. 2003. Environment and Occupational Performance: Theoretical Considerations. Teoksessa L. Letts, P. Rigby & D. Steward (Toim.) Using Environments to Enable Occupational Performance. Thorofare: Slack Incorporated, 17–32.

Ringaert, L. 2003. Environment and Occupational Performance: Theoretical Considerations. Teoksessa L. Letts, P. Rigby & D. Steward (Toim.) Using Environments to Enable Occupational Performance. Thorofare: Slack Incorporated, 97–115.

Ruuska, K. 2007. Pidä projekti hallinnassa: suunnittelu, menetelmät, vuorovaikutus. Helsinki: Talentum.

Salminen, A-L. 2003. Apuvälinekirja. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

.Salo-Chydenius, S. 1992. Toimintaterapia mielenterveystyössä. Helsinki: VAPK – kustannus.

Salonen, K. 2009. Saavutettavuus ja esteettömyys näkökulmina seniori- ja vanhustyössä. Teoksessa: Tanskanen, I. & Suominen-Romberg, T. (toim.) Esteettömästi saavutettavissa. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 82. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 71–88.

Stark, S., 2003. Home Modifications That Enable Occupational Performance. Teoksessa L. Letts, P. Rigby & D. Steward (Toim.) Using Environments to Enable Occupational Performance. Thorofare: Slack Incorporated, 219–234.

Stark, S., Landsbaum, A., Palmer, J.L., Somerville, E. K. & Morris, J.C. 2009. Client-centred home modifications improve daily activity performance of older adults. Canadian Journal of Occupational Therapy 2009. Vol 76 (Special Issue), 235–245.

Suomen Design for All -verkosto 2010. DfA-tieto. Hakupäivä: 6.4.2010,
<http://dfasuomi.stakes.fi/FI/DFA+tieto/index.htm>.

Suomen Kuntaliitto & Suomen Toimintaterapeuttiliitto, 2003. Asiakkaan toimintamahdollisuuksien arviointi. Teoksessa T. Holma (toim.) Toimintaterapianimikkeistö. Helsinki: Suomen Kuntaliitto, 33–37.

Suomen Toimintaterapeuttiliitto 2011. Materiaalipankki. Kannanotot ja suositukset. Ammattieettiset ohjeet. Hakupäivä 17.5.2011. <http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/materiaalipankki/kannanotot-ja-tiedotteet.html>

Suomen perustuslaki 11.6.1999/731.

Tahkokallio, P. (Toim.) 2009. Tulevaisuus on saavutettava. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus.

Virtanen, P. 2000. Projektityö. Helsinki: WSOY.

World Federation of Occupational Therapists 2011. WFOT Informantion. Hakupäivä 13.1.2011
<http://www.wfot.org/information.asp>.

Young, L.C., Payme, A.P. & Joines, S. 2010. Toward universal design. Teoksessa M. Curtin, M. Molineux & J. Supyk-Mellson, (Toim.) Occupational therapy and physical dysfunction. Enabling Occupation. Sixth edition. Edinburgh: Churchill Livingstone, 431–452.

Lisäksi tuotteessa käytetyt lähteet

Exner, C. E. Development of Hand Skills. 2001. Teoksessa J. Case-Smith (edit.) Occupational Therapy for Children. Fourth edition. St. Louis: Mosby, 289–328.

Gaius 2010. Gaius senior. Tuotteet. Animo - suihkutanko. Hakupäivä 25.11.2010
<http://www.gaius.fi/senior/suihkutanko.php?sec=2&pt=6>

Geberit Oy 2011a. Tuotekuvasto. Huuhtelupainikkeet. Hakupäivä 6.4.2011

http://www4.geberit.com/fi/fi/_pdf/Nye_betjeningsplader_FI.pdf

Geberit Oy 2010b. Tuotteet. Duofix. Online-tuoteluettelo. Wc-pesuistuimet. Aquaclean lattiamalli. Lisätiedot. Hakupäivä 4.11.2010

http://catalog.geberit.com/public/product.aspx?cat=FI_FI-fi_1&ch=62&p=75262,.

Hansgrohe 2010a. Tuotteet. Suihkuhanat ja suihkut. Amme- ja suihkuhanat ja -tarvikkeet. Hakupäivä 8.11.2010

http://pro.hansgroheint.com/product.htm?id=40Klassifizierung_1656~689Klasse_689~707Klasse_707,53176.

Hansgrohe 2010b. Tuotteet, suihkuhanat ja suihkut. Amme- ja suihkuhanat ja -tarvikkeet. Hakupäivä 8.11.2010

http://pro.hansgroheint.com/product.htm?id=30Klassifizierung_1656~689Klasse_689~707Klasse_707,38819.

Hansgrohe 2010c. Tuotteet. Suihkuhanat ja suihkut. Hakupäivä 9.11.2010 <http://pro.hansgroheint.com/4505.htm>.

Hansgrohe 2010d. Tuotteet. Suihkut. Käsisuihkut. Hakupäivä 9.11.2010 <http://pro.hansgroheint.com/3267.htm?id=&chunk=2.>

Hansgrohe 2010e. Tuotteet. Suihkuhanat ja suihkut. Suihkut. <http://pro.hansgroheint.com/3821.htm>

Harvia Oy 2010. Tuotteet. Sähkökiukaat. Hakupäivä 24.11.2010

<http://www.harvia.fi/products?lang=fi&gid=926>

Ido 2005. Sisusta. Suunnittelijat kertovat. Uutuudet ja trendit. Värät kylpyhuoneessa. Hakupäivä 2.12.2010 <http://www.ido.fi/www/fin/idowww.nsf/sp?open&cid=ContentF6308.>

Innojok Oy 2010. Tuotekuvasto ja valaistussuunnitteluopas. Hakupäivä 26.10. 2010

http://www.innojok.fi/tiedosto/Innojok_Tuotekuvasto_2009.pdf.

Iwarsson, S. & Isacson, Å. 1996. Housing Standards, Environmental Barriers in the Home and Subjective General Apprehension of Housing Situation among the Rural Elderly. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*. Vol 3 (2), 52–61.

JELD-WEN Suomi Oy 2010. Hakupäivä 8.11.2010 http://www.jeld-wen.fi/lasioviesite_082009.pdf.

Kapandji, I.A. 1997. *Kinesiologia I. Yläraajojen nivelten toiminta*. Laukaa: Medirehab

Kielhofner, G. *Dimension of Doing* 2008. Teoksessa G. Kielhofner (edit.) *A Model of Human Occupation: Theory and Application*. 4. painos. USA: Lippincott Williams & Wilkins, 101–109.

Kielhofner, G., Cahill, S. M, Forsyth, K., Gloria de las Heras, C., Melton, J., Raber, C & Prior, S. 2008. *Observational Assessments*. Teoksessa G. Kielhofner (edit.) *A Model of Human Occupation: Theory and Application*. 4. painos. USA: Lippincott Williams & Wilkins, 217–236.

Kohti esteetöntä liikkumista. Liikenne- ja viestintäministeriön esteettömyysstrategia. 2003. Liikenne- ja viestintäministeriön ohjelmia ja strategioita 2003:2.

Kotilainen, H., Virkola, C., Eloniemi-Sulkava, U. & Topo, P. 2003. *Dementiakoti. Koti hyvää elämää varten*. Opas suunnittelijoille ja hoidon kehittäjille. Helsinki: Suomen dementiahoitoyhdistys.

Könkkölä, M. 2003. *Liikkumisesteetön asunto*. Helsinki: Invalidiliitto.

Laattapiste Oy 2010b. *Tuotteet. Kylpyhuonekalusteet. Kalustekokonaisuudet. Luna*. Hakupäivä 9.11.2010 <http://www.laattapiste.fi/tuotesarja?sarja=Luna>.

Lautamo, T. 2001. 7-10 -vuotiaiden dysfaattisten lasten motoriset ja prosessitaidot tavoitteellisissa päivittäisissä toiminnoissa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Letts, L., Rigby, P. & Stewart, D. 2003. *Using Environments to Enable Occupational Performance*. Thorofare: Slack Incorporated.

Lumilaude Oy 2010a. *Galleria*. Hakupäivä 6.4.2011 <http://www.lumilaude.fi/galleria/>

Lumilaude Oy 2010b. Oheistarvikkeet. Hakupäivä 23.11.2010

<http://www.lumilaude.fi/tuotteet/oheistarvikkeet/>.

Malin & Liski–Markkanen 1994. Elämänkaariasunto. Kerrostaloasuminen ja asukkaiden muuttuvat tarpeet. Työtehoseuran julkaisuja 337/1994. Helsinki: Työtehoseura.

Mondex Oy 2011. Hakupäivä 17.3.2011 <http://www.mondex.fi/fi/index.php?nav=testivoittaja>.

Mäntylä, H. 2009. Senioriasumisen haasteet. TEHO 2009 (3), 28–30.

Netrauta.fi. 2010. Hakupäivä 2.12.2010

https://www.netrauta.fi/portal/kylpyhuone/hanat_ja_suihkut/suihkusetit/axor_starck_suihkusetit

Parkkunen, N., Verto, H. & Koskinen–Ollonqvist, P. 2001. Terveysaineiston suunnittelun ja arvioinnin opas. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus.

Pedretti, L. & Early M. 2001. Occupational Performance and Models of Practice for Physical Dysfunction. Teoksessa L. Pedretti & M. Early (edit.) Occupational Therapy. Practice Skills for Physical Dysfunction. 5ed. St. Louis: Mosby, 3–12.

Respecta Oy 2010. Tuotteet. Hygienia. Hakupäivä 1.7.2010

<http://www.respecta.fi/asp/system/empty.asp?P=343&VID=default&SID=424367571889774&S=0&C=24874>.

RTV-Yhtymä Oy 2010. Altro Safety turvalattiat. Altron opas terveydenhuollon lattiapäällysteisiin. Hakupäivä 4.11.2010 <http://www.rtv.fi/kohdelattiat/altro-safety-turvalattiat/esitteet/altron-opas-terveydenhuollon-lattiapaeaellystevalintoihin>.

Sievänen, L., Sievänen, M., Välikangas, K. & Eloniemi - Sulkava, U. 2007. Ympäristöopas. Opas ikääntyneen muistihäiriöisen kodin muutostöihin. Helsinki: Ympäristöministeriö. Hakupäivä 1.7.2010 <http://www.ymparisto.fi/download.asp?contentid=66821>.

Suomen Talolaite Oy 2010. Tuotteet. Wc-istuimet. Hakupäivä 30.11.2010

www.lvi-kauppa.fi/kauppa/images/76115.jpg.

Svedbergs 2011. Muut tuotteet. Kalusteet. Easy. Yläosat ja peilit. Hakupäivä 23.3.2011
http://www.svedbergs.fi/index.php?option=com_virtuemart&page=shop.browse&category_id=20524&parent=20135.

Vipex As 2010. Tuotteet. Kylpyhuonetekniikka. Harma-hanat. Harma Christina. Hakupäivä 30.11.2009 <http://www.vipex.ee/?op=body&id=335&prod=182>

Väinö Korppinen Oy 2010a. Tuotteet. Korkeussäädettävä wc-istuin. Hakupäivä 4.11.2010
<http://www.korppinen.com/tuotteet.php?page=3&tuote=wcistuin>.

Väinö Korppinen Oy 2010b, tuotteet, tasoaltaat. Hakupäivä 4.11.2010
<http://www.korppinen.com/tuotteet.php?page=3&tuote=tasoaltaat>.

LIITTEET

Liite 1 = Tuotteen laatukriteerit

Liite 2 = Tehtäväluettelolomake

Liite 3 = Opinnäytetyön yhteistyösopimus

Liite 4 = Projektin kustannukset

Liite 5 = Palautelomake

TAULUKKO 1. Tuotteen laatukriteerit

Laatukriteerit	Rakennetekijät	Prosessitekijät	Tulostekijät
Asiakaslähtöisyys	Käytössämme on tieto toimintaterapiasta sekä RT - kortisto	Arvioimme ja analysoimme ihmisen toimintaa ja ympäristöä.	Tuotteen tilat on suunniteltu niin, että ne ovat kaikille asukkaille käytettävät.
	Käytössämme on ajankohtaista tutkimustietoa	Hankimme tutkimustietoa ja perustelemme sen avulla tuotteen ratkaisuja.	Tuote on selkeä niin, että asuntojen suunnittelija pystyy sitä hyödyntämään.
	Käytössämme on moniammatillisen työryhmän ja ohjaavien opettajien asiantuntijuus ja tieto	Olemme dialogisessa vuorovaikutuksessa moniammatillisen työryhmän jäsenien kanssa. Pidämme säännöllisesti kokouksia.	Tuote on toimiva ja hyödynnettävä Oulun Rakennusteho Oy:n tulevaisuuden rakentamiskohteissa.
	Käytössämme on Rakennusteho Oy:n rakenteilla olevan asunnon piirustukset	Teemme tuotteen rakenteilla olevan asunnon pohjapiirustusta hyödyntäen.	Tuotteessa on hyödynnetty moniammatillisen työryhmän asiantuntijuutta niin, että tuote on hyödynnettävissä suunnittelijoiden ja rakennuttajien keskuudessa Tuote on tehty piirustusten mukaisiin tiloihin.

<p>Luotettavuus</p>	<p>Käytössämme on toimintaterapian kirjallisuutta ja tutkimustietoa</p> <p>Käytössämme on tietosuunnittelua ja rakentamista koskeva lainsäädäntö</p> <p>Käytössämme on opettajien ja moniammatillisen työryhmän asiantuntijuus ja meidän oma toimintaterapian osaaminen.</p>	<p>Käytämme hyväksi opettajan ohjausta ja moniammatillisen työryhmän palaveritea.</p> <p>Noudatamme suunnittelua ja rakentamista koskevaa lainsäädäntöä</p> <p>Käytämme uusia ja luotettavia lähteitä</p> <p>Käytämme laatukriteereitä vastaavaa arviointivälinettä Housing Enableria.</p> <p>Tiedotamme moniammatilliselle työryhmälle projektin etenemisestä ja perustelemme kokouksissa omia näkemyksiämme.</p>	<p>Tuote vastaa toimintaterapiakirjallisuutta ja eettisiä ohjeita. Oulun Rakennusteho Oy voi luottaa tuotteen sisältävän asianmukaista tietoa.</p> <p>Tuotteessa on huomioitu suunnittelua ja rakentamista koskeva lainsäädäntö</p>
---------------------	--	--	---

LIITE 2.

TEHTÄVÄLUETTELO

Laatijat: Anne Koistinen & Tiia-Lotta Saraste

Päiväys 25/4 2011

Projekti: Elinkaariasumisen mahdollistava wc-, kylpy- ja saunatilan tilasuunnitelma

Nro	Tehtävän nimi	Alku pvm	Loppu pvm	Suunn. tunnit	Toteut tunnit	Vastuu/ suorittaja
1	PROJEKTIN ASETTAMINEN JA IDEOIMINEN	2/09	2/09	8	8	A. K & T. S
1.1	Neuvottelu projektiin liittyen	3/09	3/09	4	4	A. K & T. S
1.2	Alustava tutustuminen aiheeseen	3/09	3/09	4	4	A. K & T. S
2	AIHEESEEN PEREHTYMINEN	10/09	4/10	209	276	A. K & T. S
2.1	Tiedonhankinta valmistavaan seminaariin	10/09	12/09	45	70	A. K. & T. S
2.2	Valmistavan seminaarin kirjoittaminen	10/09	4/10	85	110	A. K & T. S
2.3	Ohjaus	11/09	4/10	4	6	A. K & T. S Eliisa Niilekselä
2.4	Moniammatillisen työryhmän kokous	12/09	12/09	6	6	A. K & T. S
2.5	Valmistavan seminaarin esittäminen	5/10	5/10	4	4	A. K & T. S
2.6	Valmistavan seminaarin korjaaminen	4/10	5/10	65	80	A. K & T. S
3	PROJEKTIN SUUNNITTELU	1/10	10/10	145	171	A. K & T. S
3.2	Kirjallisuuteen perehtyminen	1/10	2/10	25	30	A. K & T. S
3.3	Projektisuunnitelman kirjoittaminen	2/10	5/10	70	85	A. K & T. S
3.4	Ohjaus	5/10	5/10	2	2	A. K & T. S Eliisa Niilekselä Milja Ruokamo
3.5	Projektisuunnitelman esittäminen	10/10	10/10	4	4	A. K & T. S
3.6	Projektisuunnitelman korjaaminen	10/10	10/10	44	50	A. K & T. S
4	TILASUUNNITELMAN TEKEMINEN	6/10	4/11	256	346	A. K & T. S
4.1	Tiedon hankinta ja kirjallisuuteen perehtyminen	6/10	4/11	40	60	A. K & T. S
4.2	Tilasuunnitelman suunnittelu ja laatiminen	6/10	4/11	150	200	A. K & T. S
4.3	Ohjaus	6/10	3/11	6	6	A. K & T. S Eliisa Niilekselä Milja Ruokamo
4.4	Moniammatillisen työryhmän kokoukset	5/10	12/10	20	20	A. K & T. S Eliisa Niilekselä Moilanen Paananen Hanninen Kauppi
4.5	Tilasuunnitelman viimeistely	4/11	4/11	40	60	A. K & T. S
5	PROJEKTIN PÄÄTTÄMINEN	1/11	5/11	213	268	A. K & T. S
5.1	Kirjallisuuteen perehtyminen	1/11	5/11	20	20	A. K & T. S

5.2	Loppuraportin kirjoittaminen	1/11	4/11	100	140	A. K & T. S
5.3	Palautelomakkeen laatiminen ja palautteiden analysointi	4/11	4/11	30	25	A. K & T. S
5.4	Ohjaus	2/11	5/11	4	4	A. K & T. S Eliisa Niilekselä Milja Ruokamo
5.5	Loppuraportin esittäminen	5/11	5/11	4	4	A. K & T. S
5.6	Loppuraportin korjaaminen	5/11	5/11	55	75	A. K & T. S
	Kokonaistuntimäärä	2/09	5/11	831	1069	



OPINNÄYTETYÖN YHTEISTYÖSOPIMUS

1. Sopijaosapuolet

Opinnäytetyön tekijät

Nimi	Anne Koistinen	Tiia-Lotta Saraste
Osoite	Heikinkatu 15 A 9 90100, Oulu	Routuntie 16 90140, Oulu
Sähköposti	o7koan02@students.oamk.fi	o7sati00@students.oamk.fi
Koulutusohjelma	Toimintaterapia	Toimintaterapia

Yhteistyötahon/toimeksiantajan edustajat

Organisaatio	Oulun Rakennusteho Oy
Yhteyshenkilö	Jaakko Moilanen
Sähköposti	jaakko.moilanen@rakennusteho.fi
Työn ohjaaja	
Sähköposti	

Yhteistyötahon/toimeksiantajan edustaja ohjaa aktiivisesti opinnäytetyön tekemistä:

- ☒ kyllä
☐ ei

Sosiaali- ja terveysalan yksikön edustajat

Yhteyshenkilö	Eliisa Niilekselä	
Sähköposti	elniilek@staff.oamk.fi	
Ohjaaja(t)	Eliisa Niilekselä	Milja Ruokamo
Sähköposti		Milja.Ruokamo@oamk.fi

2. Kuvaus opinnäytetyöstä

(tarkempi selvitys opinnäytetyösuunnitelmassa, joka valmistuu keväällä 2011)

Aihe, tarkoitus, tavoite ja tulos/tuotos

Opinnäytetyöhömmme kuuluvan projektin tarkoituksena on yhteistyössä moniammatillisen työryhmän kanssa suunnitella elinkaariasunnon tilaratkaisuja sekä kehittää moniammatillista yhteistyötä rakennusalan ammattilaisten sekä tulevien toimintaterapeuttien välillä dialogisten yhteistyökokousten avulla. Opinnäytetyömme tuloksena syntyy kirjallinen tuote elinkaariasunnon wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelmasta. Tilasuunnitelma sisältää kaksikerroksisen rivitalon päätyhuoneiston (B 9) tilaratkaisuvaihtoehtoja wc-, kylpyhuone- ja saunatiloissa. Projektin asettaja Oulun Rakennusteho Oy aikoo tulevaisuudessa hyödyntää valmista opinnäytetyötä asuntokohteiden wc-, kylpyhuone- ja saunatilojen suunnittelussa ja rakentamisessa. Tilasuunnitelmassa otetaan huomioon kosteiden tilojen kalusteet, materiaalivalinnat, lvi- ja sähkötyöt sekä valaistus. Elinkaariasunnon tilasuunnitelman vaihtoehdot, ratkaisut ja muuntuvuus ottavat mahdollisimman tasa-arvoisesti huomioon niin lapsiperheiden, sekä henkilöiden, joilla on toiminnanrajoitteita kuin ikääntyneidenkin tarpeet. Toimivat ja turvalliset ratkaisut helpottavat kaikkien ihmisten itsenäistä toimimista ja liikkumista.

3. Opinnäytetyön vaiheet ja suorituspaikat työvaiheittain

(tarkempi selvitys opinnäytetyösuunnitelmassa)

Valmistavan seminaarin esitys toukokuussa 2010.

Projektisuunnitelman esitys syksyllä 2010.

Tuote on suunniteltu olevan valmis helmikuussa 2011.

Loppuraportin kirjoittamisen aloitamme tuotteen tekemisen ohella ja suunniteltu palautus olisi helmikuussa 2011. Opinnäytetyön esitysajaksi olemme suunnitelleet myös helmikuuta 2011.

4. Tarvittava materiaali sopijapuolten toimittamana

Pohjapiirustus ja kalustekaavio on toimitettu opinnäytetyön tekijöille opinnäytetyöprosessin alussa.



5. Opinnäytetyön tuloksen/tuotoksen jakelu

Vastaanottajat, kappalemäärä ja kustannusten maksaja

Valmis tuote toimitetaan projektin asettajalle sähköisenä pdf-tiedostona. Opinnäytetyön raportti julkaistaan theseus.fi sivustoilla. Tuote arkistoidaan kirjallisena Oulun seudun ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan yksikön kirjastoon.

Opinnäytetyön arvioitu valmistumisajankohta on kevät 2011

Onko yhteistyötahon tai toimeksiantajan tarkoituksena hyödyntää tuloksia toiminnassaan

- ☒ kyllä
☐ ei

6. Opinnäytetyön kustannukset ja niiden jakautuminen sopijaosapuolten kesken

Budjettitaulukkoon laskimme henkilöstömenoihin opiskelijoiden työtunnit, opettajien ohjausajat ja kokouksiin osallistuvien henkilöiden käyttämän ajan mitoitettuna opinnäytetyön opintopisteiden vaatimiin työtuntimääriin. Materiaaleihin laskimme töiden tulostukseen ja kointiin menevät kulut. Matkakuluiksi laskimme autolla syksyllä 2010 arviointikohteissa kulkemamme matkat, muutoin kuljemme pyörällä. Tiedotukseen ja markkinointiin emme olleet laskeneet tulevan kustannuksia, mutta keväällä 2010 markkinointiin yllättäen tuli kolmen euron kustannukset. Opinnäytetyön sidontaan tulee kuluja kevään 2011 aikana, jolloin valmista opinnäytetyötä sidotaan molemmille opiskelijoille omat kappaleet. Yhteistyötaho kustantaa opinnäytetyöhön liittyvät kansitus-, materiaali-, puhelin- ja matkakulut. Opinnäytetyön tekijät laativat vapaamuotoisen kulukorvaushakemuksen, jonka mukaan yhteistyötaho maksaa korvauksen.

Toimeksiantaja osallistuu opinnäytetyön kustannuksiin

- ☒ kyllä
☐ ei

Toimeksiantaja maksaa opinnäytetyön tekemisestä ammattikorkeakoululle

- ☒ kyllä
☐ ei

Toimeksiantaja maksaa opinnäytetyön tekemisestä opiskelijalle

- ☐ kyllä
☒ ei

7. Opinnäytetyön tuloksen/tuotoksen tekijänoikeudet (tarpeeton yliviivataan)

1. tekijänoikeudet jäävät opiskelijoille *ja tuotteen osalta myös ohjaavalle opettajalle (Eliisa Niilekselä)*
2. tekijänoikeudet siirtyvät kokonaisuudessaan
3. valmistusoikeus ei siirry/siirtyy
levitysoikeus ei siirry/siirtyy
-Toimeksiantajalle (ei taloudellista hyötyä) ja tekijöille (Anne Koistinen ja Tiia-Lotta Saraste) ja
tuotteen osalta myös Eliisa Niilekselälle
esitysoikeus ei siirry/siirtyy
-Toimeksiantajalle ja tekijöille (Anne Koistinen ja Tiia-Lotta Saraste)

Asiasta laaditaan erillinen sopimus/ei laadita erillistä sopimusta.

8. Sopimuskappaleet

Tätä sopimusta on tehty 3 kappaletta, yksi kullekin osapuolelle. Liitteitä 0 kappaletta.



Olemme yhteisesti sopineet opinnäytetyön toteutuksesta ja ohjauksesta yllä esitetyllä tavalla.
Aika 16/11 2010

Allekirjoitukset

Opiskelijat	Yhteistyötahon/toimeksiantajan edustajat	Yksikön edustajat
<i>[Signature]</i> TIIA-LIISA SARASTE	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i> ELIISA NIEMI
<i>[Signature]</i> ANNE KOISTINEN		

LIITE 4.

TAULUKKO 2. Projektin kustannukset

Kululuokat	Kevät 2009 Suun./Tot.	Syksy 2009 Suun./Tot.	Kevät 2010 Suun./Tot.	Kesä 2010 Suun./Tot.	Syksy 2010 Suun./Tot.	Kevät 2011 Suun./Tot.
Henkilöstömenot	160€/160€	1250€/1610€	2450€/2950€	450€/650€	3440€/4080€	2570€/4020€
Materiaalit (kopiopaperit, muste)	-	2€/2€	2€/4€	3€/3€	6€/6€	6€/20€
Matkakulut	-	-	-	-	-/30€	-
Puhelinkulut	-	-	-	-	2€/0€	3€/0€
Vuokrat	-	-	-	-	-	-
Tiedotus ja markkinointi	-	-	0€/3€	-	-	-
Vakuutus, teosto ja muut maksut	-	-	-	-	-	-
Opinnäytetyön sidonta	-	-	-	-	-	56€/
Muut kulut						

ELINKAARIASUMISEN MAHDOLLISTAVA WC-, KYLPY- JA SAUNATILAN TILASUUNNITELMAN JA PROJEKTITYÖSKENTELYN ARVIOINTI

Hyvä moniammatillisen työryhmän jäsen!

Olette tarjonneet meille arvokkaan kokemuksen työelämälähtöisestä projektityöskentelystä. Toivomme saavamme palautetta tilasuunnitelmasta ja sen laadusta sekä projektityöskentelystä. Vastauksienne avulla arvioimme työmme onnistumista ja hyödynnämme niitä opinnäytetyön lopuraporttia kirjoittaessamme.

1. Palautteen antajan nimi ja asema/organisaatio

2. Opinnäytetyön tekijät ja koulutusohjelma

Anne Koistinen & Tiia-Lotta Saraste

Toimintaterapian ko

Oulun seudun ammattikorkeakoulu

3. Miten elinkaariasunnon wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelma vastasi hankkeen tavoitteita ja tarkoituksia?

4. Miten elinkaariasunnon wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelmassa mielestänne toteutuivat sille asetetut laatukriteerit?

Tuotteen tilat on suunniteltu niin, että ne ovat kaikille asukkaille käytettävät

- ☐ kiitettävästi
- ☐ hyvin
- ☐ tyydyttävästi
- ☐ huonosti

Tuote on selkeä ja toimiva niin, että se on hyödynnettävissä Oulun Rakennusteho Oy:n tulevaisuuden rakennushankkeissa

- ☐ kiitettävästi
- ☐ hyvin
- ☐ tyydyttävästi
- ☐ huonosti

Tuote sisältää asianmukaista ja luotettavaa tietoa

- ☐ kiitettävästi
- ☐ hyvin
- ☐ tyydyttävästi
- ☐ huonosti

Tuotteessa on huomioitu suunnittelua ja rakentamista koskeva lainsäädäntö

- ☐ kiitettävästi
- ☐ hyvin
- ☐ tyydyttävästi
- ☐ huonosti

5. Missä määrin elinkaariasunnon wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelmaa voidaan mielestänne hyödyntää käytännön toiminnassa?

- ☐ erittäin paljon
- ☐ melko paljon
- ☐ jossain määrin
- ☐ melko vähän
- ☐ erittäin vähän tai ei lainkaan

5. Mikäli työtä voidaan käyttää hyväksi käytännön toiminnassa, niin millä tavoin?

6. Mikäli tilasuunnitelmaa ei voida hyödyntää lainkaan tai korkeintaan vähän, mikä on syynä tähän?

7. Arvioikaa elinkaariasunnon wc:n, kylpyhuoneen ja saunan tilasuunnitelman onnistumista seuraavalla asteikolla (voitte halutessanne perustella arviointinne)

- ☐ 5 = kiitettävä
- ☐ 4–3 = hyvä
- ☐ 2–1 = tyydyttävä

Perusteluja:

8. Kuvailkaa projektityöskentelyn aikana tehtyä yhteistyötä ja sen onnistumista opinnäytetyön tekijöiden kanssa

- a) Opinnäytetöiden tekijöiden työskentely osana moniammatillista yhteistyöryhmää

- b) Moniammatillisen yhteistyöryhmän jäsenten asiantuntijuuden hyödyntäminen opinnäytetyön tekemisessä

KIITOS PALAUTTEESTANNE!